

COMPETENCIAS CIUDADANAS EMOCIONALES Y LA CONVIVENCIA EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FABIO VÁSQUEZ BOTERO DEL
MUNICIPIO DE DOSQUEBRADAS

Andrés Osorio Quintero

Universidad Tecnológica de Pereira

Facultad de Educación

Maestría en Educación

Pereira

2018

COMPETENCIAS CIUDADANAS EMOCIONALES Y LA CONVIVENCIA EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FABIO VÁSQUEZ BOTERO DEL
MUNICIPIO DE DOSQUEBRADAS

Andrés Osorio Quintero

Directora de proyecto:

Luz Stella Montoya Alzate

Magister en Educación

Trabajo de Grado para optar al título de Magister en Educación

Universidad Tecnológica de Pereira

Facultad de Educación

Maestría en Educación

Pereira

2018

Nota de Aceptación

Firma del Jurado

Firma del Jurado

Agradecimiento

“La gratitud es el único secreto que no puede
revelarse por sí mismo”

Emily Dickinson

*Ante todo, a Dios porque, creer, confiar y entregar a Él siempre han sido mi mejor
decisión.*

*A mis hijas y a mi esposa, porque sin el amor, la tolerancia y la concesión de vuestro
tiempo, jamás hubiera sido posible.*

*A Mis padres que siempre han creído en mí, son mi aliento, mi motivación y apoyo
incondicional.*

*En la culminación de este trabajo son muchas las personas que participaron de manera
directa e indirecta, por eso no podría seguir mencionando uno a uno, solo puedo expresar
gratitud a todos los que contribuyeron para alcanzar este logro...A mis amigos por su valiosa
compañía y por alentarme aun en mis momentos de silencio.*

*A la tutora por compartir su proyecto, experiencia y por confiar en que lo podría
realizar.*

Andrés Osorio Quintero

Tabla de contenido

Agradecimiento.....	iv
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
Introducción.....	11
1. Planteamiento y justificación del problema.....	13
1.2 Objetivos.....	21
1.2.1 Objetivo general.....	21
1.2.2 Objetivos Específicos.....	21
2. Marco Teórico.....	22
2.1 Las ciencias sociales.....	22
2.2 El conocimiento social.....	23
2.3 Enseñanza de las ciencias sociales.....	23
2.4 Estándares y DBA para grado octavo.....	25
2.5 Ciudadanía.....	28
2.6 Convivencia.....	33
2.7 Competencias ciudadanas.....	34
2.8 Competencias emocionales.....	35
2.9 Práctica reflexiva.....	40
2.10 Marco contextual.....	42

3. Metodología	43
3.1 Tipo de investigación	43
3.2 Diseño	43
3.3 Unidad de análisis y de trabajo	44
3.4 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información	44
3.5 Procedimiento	46
4. Análisis e interpretación de la información	50
4.1 Análisis de primer nivel	50
4.2 Análisis de segundo nivel	58
4.2.1 Intra-personal	62
4.2.1.1 La Conciencia emocional	62
4.2.1.1.1 Concepto de emociones	63
4.2.1.1.2 Identificación de las emociones y sus manifestaciones en sí mismo	65
4.2.1.2 Control de las emociones	67
4.2.1.2.1 Manejo de las emociones	67
4.2.1.2.2 Acciones para controlar mis emociones	70
4.2.2 Inter-personal	71
4.2.2.1 Competencias sociales	72
4.2.2.2.1 Identificación de las emociones en los demás	72

4.2.2.1.2 Reconocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás.....	73
4.2.2.1.3 Relación con los demás.....	74
4.3 Análisis de la práctica docente.....	76
5. Discusión.....	79
6. Conclusiones	88
7. Recomendaciones	93
8. Referencias.....	95
ANEXOS	100

Lista de Tablas

Tabla 1. Colores asignados a las categorías iniciales.....	51
Tabla 2. Categorización de primer nivel.....	51

Resumen

Las competencias ciudadanas son el conjunto de habilidades que tiene el ser humano a nivel emocional, cognitivo y comunicativo y que le sirven para saber vivir en armonía con las demás personas de su entorno. En ese orden de ideas, la presente investigación, de tipo cualitativo, apunta a interpretar cómo se manifiestan las competencias ciudadanas emocionales de los estudiantes de grado octavo de la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero del municipio de Dosquebradas a través de la aplicación de una unidad didáctica basada en educación emocional. Es así, como a partir de la observación, los diarios de campo, video grabaciones del comportamiento de los estudiantes durante la ejecución de la unidad didáctica, se logran identificar las emociones que los mismos asumían con referencia a las habilidades ciudadanas. Este estudio se realizó con 36 estudiantes de grado octavo y se dividió en tres fases. La primera fase, hace referencia a la entrada al campo, en donde gestionaron los permisos con la institución educativa para poder realizar la investigación, se socializó el proyecto y sus objetivos con los directivos y administrativos, se realizó una reunión de padres con el fin de que estuvieran al tanto del trabajo de campo que se realizaría con el grupo, y se entregó la unidad didáctica que se implementaría, al coordinador de la institución. En un segundo momento, se desarrollaron todas las sesiones de la unidad didáctica basada en las emociones, y finalmente, se muestran los resultados sobre las competencias Ciudadanas emocionales que manifiestan los estudiantes.

Palabras clave: Competencias ciudadanas, habilidades emocionales, unidad didáctica, cualitativo

Abstract

The citizenship competences are the set of abilities that a human being has in terms of emotions, cognition and communication which are aspects that help humans to know how to live in harmony with the others around them. In that way, this qualitative research aims to describe how those competences are manifested in students of eighth grade at the Fabio Vasquez Botero School in Dosquebradas, durant the application of a didactic unit based on emotional education. So, through the observation, the field notes, the video recordings of the behavior these students in the application of the didactic unit, the researcher identified the lacks that they had in terms of emotional abilities, so that he can reinforce them through some didactic strategies that were planned in each session of the classroom.

This research was done with 36 students of eighth grade and it was divided into three stages. The first stage, was the entrance to the field, in which the researcher asked for permission in his institution so that he could do the investigation, there was also, a socialization of the aims of the project with all the educative community, there was a parents meeting in order to inform them about the strategies the teacher will implement with the 36 students and also, the didactic unit was given to the academic coordinator, in order to have some comments and suggestions about it. In a second moment, all the activities and strategies of the didactic unit based on the emotions were implemented, and finally, the researcher described and interpreted all the emotional competences that were analyzed and intervened through the implementation of the didactic unit.

Key words: citizenship competences, emotional abilities, didactic unit, qualitative.

Introducción

“ordenar las experiencias del joven para que, en lugar de reproducir los hábitos corrientes, se formen otros hábitos mejores, y, de ese modo, la futura sociedad de los adultos sea una mejora de la suya” (Dewey, 1930)

Actualmente, existen muchas situaciones que preocupan a los docentes en Colombia, especialmente en las escuelas oficiales, una de ellas, es la convivencia escolar, la cual ha sido afectada a través de los años, una de estas afectaciones, y la más sonante se trata por el flagelo del conflicto interno armado, y que por ende llama a gritos por una intervención inmediata desde todos los ámbitos de la sociedad. Es por lo anterior, que para Ossa (2004) citado en Chaux, Lleras y Velásquez (2004), establece que las ciencias sociales es una de las áreas más importantes para desarrollar competencias ciudadanas, no solo a través de los conocimientos que allí se adquieren sino a partir de las competencias que se trabajan en ella. “La construcción de conocimiento en el área de sociales les permite a los estudiantes comprender los problemas humanos desde una perspectiva interdisciplinaria y reflexionar sobre maneras de aportar a su solución”, (Ossa 2004, p. 116).

Es así, como se identifica la necesidad de trabajar las competencias ciudadanas emocionales de los estudiantes de octavo grado de la Institución Educativa Fabio Vázquez Botero del municipio de Dosquebradas Risaralda, en donde se presentaban constantemente situaciones de agresión física, verbal y matoneo. Lo anterior, con el objetivo de contribuir a mejorar este aspecto y favorecer la formación de ciudadanos integrales para una sociedad más justa y tolerante.

En este sentido, en un primer apartado, se cuenta con el resumen, la introducción y la justificación del estudio, en los cuales, los investigadores evidencian la necesidad de realizar una intervención didáctica con el grupo de estudiantes (muestra).

En un segundo apartado, se describe el planteamiento del problema, en donde se describen las razones que dieron lugar a la idea de contribuir con una intervención didáctica al mejoramiento de la convivencia escolar. Similarmente, se describen los antecedentes teóricos con los que se contó a través de todo el proceso investigativo y con los cuales se pudo llegar a unos resultados más veraces.

Después, en un tercer apartado, se encuentra el marco de antecedentes investigativos a nivel local, regional y nacional, allí se describen algunas investigaciones importantes con referencia al manejo de las emociones y la convivencia escolar, también, se presenta el marco contextual, en donde se hace un recuento de las características de la unidad de análisis.

En el cuarto apartado, se da lugar a la metodología, en la cual se describen las fases que tiene el estudio, y cómo se desarrolló cada una de ellas. Finalmente, se presenta el análisis, interpretación y discusión de resultados; el cual se llevó a cabo realizando observaciones de cada sesión de trabajo, cuestionarios, videos, entre otros.

Al terminar la investigación, se evidenció que un alto número de estudiantes, lograron apropiarse de habilidades sociales para la convivencia escolar, lo que mejoró el clima en el aula y contribuyó a optimizar las relaciones interpersonales y a brindar herramientas importantes para el manejo de las emociones y la auto-regulación.

1. Planteamiento y justificación del problema

El desarrollo integral de los seres humanos es uno de los aspectos más importantes en toda institución educativa; en todos los actos formativos de los docentes se evidencia el deseo de fortalecer la educación, en especial la formación afectiva, proceso que se lleva a cabo desde los primeros años de escolaridad, y se enriquece a medida que pasan los años y donde los estudiantes están expuestos a diferentes contextos. Es así, como se resalta la importancia que tiene la escuela en la sociedad, puesto que ésta es una representación de la misma, y en este sentido de la familia, diseño que gubernamentalmente es el que se desea para los habitantes del país.

Al observar las anotaciones en el anecdotario de los estudiantes de grado octavo, de enero a junio de 2017, los cuales se realizan desde que el estudiante ingresa a la institución educativa, se puede ver cómo la mayoría de docentes se quejan de la falta de adaptación de sus estudiantes a contextos diferentes a los frecuentes, la falta de competencias para expresar sus emociones, el poco nivel de tolerancia a la frustración, las conductas de ansiedad ante situaciones de estrés o ante la incapacidad de resolver una situación problema. Lo anterior, hace un llamado a la reflexión por parte del sistema educativo, a través del cual los estudiantes pueden fortalecer las competencias ciudadanas emocionales.

La falta de estrategias pedagógicas para mejorar las competencias ciudadanas emocionales y el poco acompañamiento con el que se cuenta por parte de los padres, son algunas de las causas que desencadenan una mala convivencia; y aunque el Ministerio de Educación Nacional ha planteado diferentes estrategias para mejorar este aspecto en las escuelas, tales como la implementación de los Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas, en donde se sugieren acciones pedagógicas para desarrollar y fortalecer la formación ciudadana como un modelo para

aprender a vivir en sociedad; la situación cada vez se vuelve más difícil de manejar, puesto que la tarea de educar las emociones es una tarea que actualmente sólo asume la escuela.

Sin embargo, contrario a lo anterior, se puede evidenciar en las reuniones generales de docentes de la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero que los directivos se quejan sobre algunos docentes, comentando que ellos sólo se dedican a impartir conocimientos, desconociendo la importancia que tiene para los estudiantes, quienes serán el futuro de la sociedad, conocer, reconocer y adoptar cambios en sus competencias ciudadanas emocionales, lo que es de vital importancia. Es por ello, que se encuentra como parte del problema, el hecho de que la planta docente aún no tenga en cuenta este aspecto fundamental (formar en ciudadanía) en la planeación de sus clases.

Teniendo en cuenta que emociones como la rabia, la alegría, la tristeza, el miedo y la frustración, pueden condicionar directamente la manera en que los seres humanos actúan, es importante que los docentes brinden espacios de interacción entre los estudiantes, en donde se puedan reconocer las manifestaciones de las emociones de los pares como de cada uno de ellos e identificarlos como individuos de la sociedad; generando así, una regulación de las emociones, las cuales determinarán sus comportamientos y manera de enfrentar la vida.

Partiendo de lo anterior, se realiza una revisión documental de las investigaciones sobre competencias ciudadanas emocionales, convivencia escolar y educación emocional para la ciudadanía, las cuales se relacionan a continuación.

En primer lugar, Cohen (2006) afirman que la necesidad de formar en competencias ciudadanas emocionales no es ajena al contexto internacional, puesto que también allí, se ve reflejada la necesidad de involucrar este aspecto en el sistema educativo mundial. Uno de los

ejemplos es el de Estados Unidos, en donde se han empezado a aplicar programas para mejorar las dificultades a nivel social y emocional en los estudiantes.

Es así, como Greco e Ison (2011) diseñaron una investigación en Argentina, llamada “Emociones positivas y solución de problemas inter-personales: su importancia en el desarrollo de competencias sociales en la mediana infancia” El objetivo de la investigación fue analizar si las emociones positivas incidían sobre las habilidades cognitivas para solucionar dificultades personales (p.2). Los resultados obtenidos demostraron que los estudiantes que lograban altos valores de emociones positivas, presentaban alternativas de soluciones y tomaban mejores decisiones en comparación con los demás estudiantes del grupo. Algunas de las conclusiones de este estudio, sugieren que se profundice más en la relación que tienen las emociones positivas con las habilidades cognitivas de solución de problemas inter-personales; también, afirman que es importante desarrollar comportamientos sociales competentes para contribuir al bienestar y a la satisfacción personal.

En España, Filella-Guiu, Agulló, Pérez & Oriol (2014) diseñaron una investigación llamada “Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en educación primaria” la cual tenía como objetivo conocer el impacto que tienen las competencias emocionales en los programas educativos, tratando de desarrollar algunas habilidades, tales como: competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. Los resultados de este estudio, demostraron que las competencias ciudadanas emocionales se pueden alcanzar si se encaminan unas buenas estrategias para la educación emocional. Se concluyó que los sistemas educativos deben incorporar estrategias pedagógicas direccionadas al desarrollo de dichas competencias ya que éstas favorecen el bienestar personal y social de los estudiantes.

A nivel nacional, el MEN establece la necesidad de formar a los estudiantes en ciudadanía, a enfrentar de la mejor manera las situaciones que se presentan en las relaciones con los demás y a superar sin violencia las situaciones de conflicto a través de las competencias ciudadanas emocionales. (MEN, 2004). Por su parte Mockus (2004) añade que

el país necesita buenos ciudadanos y necesita saber si sus colegios están ayudando a formarlos para transformar la sociedad, puesto que se necesita de un ciudadano que se sepa relacionar con sus semejantes y que participe activamente en los roles que desempeña con responsabilidad y respeto (p. 1).

Chaux (2006, p.15) establece que lo que ayuda a las personas a actuar de manera constructiva en una sociedad, es el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales, las cuales están integradas entre sí. Para este autor, las competencias ciudadanas emocionales se desarrollan básicamente a través de la identificación de las emociones y cómo el ser humano responde a ellas. También, además de la regulación emocional, se necesita estimular el desarrollo de la empatía, la capacidad de conectarse con el otro y con lo que siente, identificar las manifestaciones de sus emociones. Por esta razón, el autor añade que el rol del docente es primordial para ayudar a identificar y generar situaciones en los que los estudiantes puedan ponerse en el lugar del otro.

También, se cuenta con la investigación de Buitrago (2012), denominada “Contexto escolar y educación emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá”. En este trabajo se mostró la situación de las diferentes instituciones educativas desde la perspectiva de los docentes, a la vez que se analizó el coeficiente emocional de los estudiantes de grado 4° y 5° de ambos contextos (rural y urbano) para profundizar en sus realidades. Los resultados obtenidos permitieron realizar un texto etnográfico en donde se

analizan categorías emergentes tales como la convivencia escolar, las emociones, el rol del docente y el del intérprete. Una de las conclusiones se refirió a que un gran porcentaje de los niños intervenidos contaban con una habilidad emocional y social adecuada, lo que facilitó la educación emocional en el departamento.

Por su lado, Vásquez & Anzelin (2014) presentan una investigación en Chía, llamada “La autorregulación de emociones, una ruta posible para desarrollar competencias ciudadanas”. El objetivo fue fortalecer el desarrollo de las competencias emocionales a través de la ejecución de una propuesta pedagógica, en la cual se trató de promover aspectos como la autorregulación de emociones, pautas para la solución de conflictos y la sana convivencia en los estudiantes; todo ello enfocado desde las competencias ciudadanas emocionales y todo lo que el gobierno colombiano exige para este ámbito. Una de las conclusiones a las que se llegó fue el poder que tiene el docente de ser un facilitador o convertirse en un obstáculo para el desarrollo de las competencias ciudadanas emocionales.

A nivel regional, se cuenta con el estudio de Agudelo , Bohórquez, & Galvis (2015) llamado “Competencia en regulación emocional: una mirada desde la escuela”. La meta de esta investigación fue determinar la relación entre la competencia de regulación emocional y las situaciones de conflicto asociadas a la convivencia escolar. Todo ello, se trabajó con un grupo de estudiantes de grado sexto, entre 11 y 15 años de edad, se pudo establecer que la mayoría de estudiantes tenían un alto nivel de desempeño en la regulación emocional, sin embargo, los autores difieren de ello, puesto que las manifestaciones que se observan en el aula, contradicen los resultados. Se concluyó que los instrumentos de medición utilizados no son suficientes para determinar el desempeño de la regulación emocional ya que las mismas, están determinadas por factores sociales, familiares y psicoafectivas propias de cada individuo.

Finalmente, se cuenta con la investigación de Jaramillo & González (2012) llamada “Incidencia de la aplicación de una unidad didáctica basada en competencias ciudadanas para el fortalecimiento de estas en estudiantes de grado 5° de la institución educativa Cristo Rey de Dosquebradas, Risaralda”. El objetivo fue determinar la incidencia de una unidad didáctica llamada “Relacionándome con los demás”, a través de la cual se pretendió fortalecer las habilidades para vivir en armonía con otros, fortalecer las competencias ciudadanas emocionales y comunicativas en la muestra. Los resultados del proyecto demostraron que a través de la intervención didáctica, los estudiantes asumieron cambios positivos en el grupo, tales como comprenderse, aprenderse a escuchar, comunicarse de manera asertiva, desarrollar competencias emocionales y regulación de sus emociones, a través de las cuales se mejoró el clima escolar.

En este orden de ideas, en la Institución Educativa Fabio Vázquez Botero del municipio de Dosquebradas Risaralda se han identificado algunos problemas que afectan la convivencia escolar, puesto que ésta se encuentra ubicada en un sector vulnerable, con población entre los estratos 1, 2 y 3 en donde se observan muchos casos de violencia intrafamiliar, drogadicción, disfunción familiar, riñas y burlas hacia compañeros con características diferentes, también, se identifica que en general, el grupo tiene muy poco acompañamiento de sus padres de familia en el proceso escolar y en su formación como personas, lo que afecta directamente el desenvolvimiento de los estudiantes en todos sus ámbitos, no solo en el escolar. Desde este ambiente educativo, en el grado octavo, se pueden identificar algunas dificultades tales como la incapacidad de escuchar al otro, falta de tolerancia, falta de aceptación, conductas ansiosas ante situaciones problema, poca aceptación ante la frustración, entre otros. Según los informes del anecdotario de cada uno de los estudiantes, los problemas de convivencia debido a la falta de

competencias ciudadanas han sido una falta muy recurrente en este grupo, algunas de estas dificultades se relacionan con, agresiones físicas, verbales, matoneo, burlas, sabotaje entre otras.

Realizar esta investigación es de suma importancia, no solo para la institución educativa que está siendo impactada, sino para la sociedad en general ya que ésta aporta grandes beneficios a los estudiantes en su proceso de desarrollo como mejores ciudadanos permitiendo también formarlos en competencias ciudadanas emocionales las cuales los ayudará a crecer como personas y contribuirán a engrandecer los roles que cada uno desempeña en la vida, es decir, el de estudiante, hijo, hermano, amigo, líder, empresario, dirigente etc., entre otros. Similarmente, se impacta a la institución educativa puesto que a partir de la experiencia pedagógica que se realiza en este colegio, los demás docentes podrán conocerla y su impacto para que de igual manera generen experiencias similares y trabajar las competencias ciudadanas emocionales en las diferentes áreas y particularmente en las ciencias sociales.

Por otro lado, el potencializar las competencias ciudadanas emocionales en los estudiantes del grado octavo, a través de actividades lúdicas y dinámicas y crear espacios en donde se pueda contribuir a mejorar las relaciones interpersonales y las relaciones intra-personales, aportan a una mejor convivencia en el aula, mejorando la brecha en las relaciones que hay entre algunos estudiantes, empoderándolos de la responsabilidad tan grande que como ciudadanos tienen reconociendo la importancia que tienen las ciencias sociales en su educación; motivándolos a seguir mejorando sus acciones y pensamientos y sobre todo, creando nuevas alternativas de solución a los problemas y sensibilizándolos a las problemáticas sociales de sus entornos

A través de este estudio, también se realiza un análisis y reflexión sobre el contexto, para así dar respuesta a las necesidades, no solo del contexto local, sino del regional, puesto que cada uno de los integrantes del proyecto, convive en un barrio o vecindario, en donde también podrán

verse reflejadas las competencias ciudadanas emocionales aprendidas a través de la intervención didáctica.

Por otro lado, también se busca enriquecer los procesos educativos que se han llevado a cabo en la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero en materia de convivencia escolar y competencias ciudadanas emocionales, promocionando el buen trato y previniendo acciones que afecten la sana convivencia; también, contribuyendo a que los estudiantes se conozcan y conozcan las manifestaciones de las emociones en sus compañeros, para así, poder auto-regularse y aceptar las diferencias entre pares. Es así, como a través de las acciones anteriores, se pretende justificar la importancia de ejecutar esta investigación, puesto que es una necesidad del contexto local y regional: enriquecer las competencias ciudadanas emocionales de los estudiantes, y así lograr que ellos intervengan también en sus hogares como ejemplo a seguir, fortaleciendo los vínculos familiares, entre amigos y entre ciudadanos.

Todo lo anterior, conlleva a la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo se manifiestan las competencias ciudadanas emocionales y la convivencia a través de la ejecución de una unidad didáctica en la educación emocional en estudiantes de básica secundaria de grado 8°, de la Institución educativa Fabio Vásquez Botero del municipio de Dosquebradas?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo general

Interpretar cómo se manifiestan las competencias ciudadanas emocionales y la convivencia, en los estudiantes del grado 8° a través de la aplicación de una unidad didáctica en la institución educativa Fabio Vásquez Botero de la ciudad de Dosquebradas.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Identificar las manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales y su relación con la convivencia.
- Categorizar las manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales identificadas.
- Analizar la categorización de las competencias ciudadanas emocionales y su relación con la convivencia.
- Analizar la práctica docente ejecutada en el desarrollo de la unidad didáctica.

2. Marco Teórico

En el presente apartado se abordarán los conceptos más relevantes para esta investigación, siendo éstos un referente para el análisis de los resultados de la misma, partiendo de que la temática investigada está en el marco de la enseñanza de las ciencias sociales.

2.1 Las ciencias sociales

Según Pagés (2016) una de las áreas más importantes en las que se debe formar el ser humano es en las ciencias sociales, las cuales son todas aquellas que se centran en la actividad del hombre como parte de un colectivo. Para este autor, la finalidad de las ciencias sociales al servicio de la ciudadanía, se debe traducir en una enseñanza “libertadora, transformadora, al servicio de la democracia y de la justicia social al servicio de nuevas relaciones internacionales y de la paz”.

En ese orden de ideas, es importante resaltar que las ciencias sociales agrupan otras disciplinas del conocimiento, las cuales están vinculadas directamente con el comportamiento de los seres humanos. Por tanto, éstas se han convertido en la base fundamental para la educación, puesto que es a través de ellas que se enriquece una sociedad. Por ende, se establece que las ciencias sociales se han convertido en uno de los aspectos en los que más se preocupan los sistemas educativos actuales; ya que a través de los años se evidencia que la mayoría de problemas de la sociedad se desencadenan en el momento en el que los ciudadanos carecen de habilidades sociales, de educación emocional, de competencias ciudadanas, que ayuden a regular sus pensamientos y sus acciones y a reconocer en las personas de su entorno, las manifestaciones de esas emociones que generan conflicto, actuando como un ciudadano proactivo y sacando lo mejor de dichas situaciones.

2.2 El conocimiento social

Santisteban (2009) plantea que,

...el conocimiento social se diferencia de otros tipos de conocimiento, en primer lugar y entre otros aspectos, por la naturaleza de los conceptos sociales, la dificultad de su definición, la variabilidad de sus significados o la relatividad de su comprensión.... Específicamente en el conocimiento de lo social en la enseñanza, los elementos que prevalecen son las habilidades sociales, las capacidades para situarse en el tiempo y en el espacio, y para analizar la sociedad...la concepción de la ciudadanía... (p. 45).

En este sentido, el anterior autor establece que lo que se aprende cuando se constituye el conocimiento social son: valores sociales, conceptos sociales, actitudes sociales, conocimiento científico social, aprendizaje conceptual, representaciones sociales, conocimiento escolar y resolución de conflictos. Ahora bien, este concepto cobra tanta importancia en esta investigación, ya que a través de este conocimiento en la enseñanza, los docentes pueden formar pensamiento social, por medio de la comunicación, las habilidades cognitivo-lingüísticas, la argumentación en ciencias sociales, el pensamiento crítico creativo, la racionalidad, la solución de problemas sociales o la causalidad, intencionalidad y relativismo; convirtiéndose éste, en una de las herramientas más poderosas de la educación para formar ciudadanía.

2.3 Enseñanza de las ciencias sociales

El término enseñanza de las ciencias sociales empieza a cobrar importancia a partir de la necesidad de crear una sociedad más justa, más tolerante y más equitativa. En tiempos en donde la escuela empieza a percibir cada vez más un deterioro de las relaciones sociales y en donde cada día aumenta más el conflicto escolar y la falta de regulación emocional; es indispensable

que desde la educación se empiece a pensar en cómo desarrollar esas competencias ciudadanas para así, gestar una ciudadanía.

Por ende, desde la enseñanza de las ciencias sociales se perciben otras posturas como lo es la formación para la participación democrática, que debe ser su finalidad última y más importante, pues supone la culminación de un proceso de formación del pensamiento social en el alumnado y de inserción en los diversos contextos sociales. En este sentido, y como antes se menciona, la relevancia de la competencia social y ciudadana en relación con todas las áreas del currículo, y en especial en relación con la enseñanza de las ciencias sociales, la geografía y la historia no debe ser un tema aislado en las aulas colombianas, sino, por el contrario, involucra todas las áreas del conocimiento hacia un mismo objetivo, formar ciudadanos de bien.

No cabe duda de que ser competentes para la convivencia en la sociedad o para formar parte de la ciudadanía, es una gran responsabilidad, y merece compromiso, requiere conocimientos sobre el pasado y el presente de la sociedad, así como capacidades para pensar en soluciones o alternativas a los problemas contextuales, pero también requiere participar, aplicar de alguna manera los conocimientos sociales a la realidad social, política y cultural. (Santisteban, 2009, p.13)

Entre tanto, aprender ciencias sociales debe significar aprender a saber, y a saber hacer, a convivir, y a saber ser personas responsables y comprometidas socialmente; es decir, aprender historia, geografía o ciencias sociales nos debe servir para comprender, formar el pensamiento crítico y divergente, ser capaces de participar en nuestro entorno y promover cambios sociales. Resulta necesario establecer un aprendizaje y, por tanto, una enseñanza que promueva el camino que va desde la reflexión a la acción, desde la valoración de las situaciones a la toma de decisiones y la comprensión de las consecuencias. (p. 13-14)

Por consiguiente, la enseñanza de las ciencias sociales aporta perspectivas imprescindibles para el aprendizaje de la participación ciudadana. Por ejemplo, la antropología o la sociología nos ayudan a comprender las dinámicas de la participación, de la convivencia, las interacciones, la aceptación de las otras personas, la empatía o la resolución de conflictos que es lo que realmente la sociedad requiere, partiendo desde nuestras aulas de clase y así, lograr comprender el contexto de participación de los escolares. La política y el derecho nos aproximan a la ética de la participación ciudadana, a los derechos y deberes de la ciudadanía, así como al análisis de los conceptos de legal e ilegal o de fronteras territoriales, entre otros. Estas son algunas de las muchas aportaciones que las distintas ciencias sociales pueden hacer a la educación para la participación ciudadana. Para González (2013), las finalidades de las ciencias sociales son: desarrollar el pensamiento crítico, abordar los problemas sociales de manera asertiva, promover la deliberación de ideas y las relaciones horizontales entre las personas que forman parte de un círculo social; en este caso, la escuela. Es así, como para este autor, la enseñanza de las ciencias sociales, es de vital importancia para el desarrollo de una sociedad en armonía, tolerante, igualitaria y en paz.

2.4 Estándares y DBA para grado octavo

Teniendo en cuenta la necesidad de formar ciudadanos para una sociedad cada vez más diversa, el MEN (2004) estableció los Estándares Básicos de Competencias en Ciencias Sociales. Dichos estándares se aplican a través de los conocimientos y habilidades desde las competencias ciudadanas como dimensión operacional, definida como un conjunto de conocimientos y de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que, articulados entre sí, hacen posible que el ciudadano actúe de manera constructiva en la sociedad democrática, posibilitando las

herramientas necesarias a niños y niñas para relacionarse con otros de una manera cada vez más comprensiva y justa, y para que sean capaces de resolver problemas cotidianos. Las competencias ciudadanas permiten que cada persona contribuya a la convivencia pacífica, participe responsable y constructivamente en los procesos democráticos y respete y valore la pluralidad y las diferencias, tanto en su entorno cercano, como en su comunidad, en su país o en otros países (Echeverría, 2015, prr 4). En ese sentido, las competencias ciudadanas establecen, gradualmente, lo que los estudiantes deben saber y saber hacer, según su nivel de desarrollo, para ir ejercitando esas habilidades en su hogar, en su vida escolar y en otros contextos.

De esta manera, la formulación de la propuesta desde los Estándares básicos de ciencias Sociales entendidos como “Los estándares de competencias básicas” son criterios claros y públicos que permiten establecer cuáles son los niveles básicos de calidad de la educación a los que tienen derecho los niños y niñas de todas las regiones de nuestro país, en todas las áreas.

Para grado octavo son los siguientes:

- Respeto diferentes posturas frente a los fenómenos sociales.
- Participo en discusiones y debates académicos.
- Asumo una posición crítica frente a situaciones de discriminación y abuso por irrespeto a las posiciones ideológicas y propongo formas de cambiarlas.
- Reconozco que los derechos fundamentales de las personas están por encima de su género, su filiación política, religión, etnia...
- Participo en la construcción de normas para la convivencia en los grupos a los que pertenezco (familia, colegio, barrio...) y las acato.
- Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y mis relaciones con los demás.

- Apoyo a mis amigos en la toma responsable de decisiones sobre el cuidado de su cuerpo.
- Asumo una posición crítica frente al deterioro del medio ambiente y participo en su conservación. (MEN, 2004, p. 37)

Basado en lo anterior, se puede observar cómo todos los estándares en ciencias sociales, se enfocan en formar ciudadanos competentes a nivel social, es decir, que a través de las competencias ciudadanas, incluyendo las habilidades emocionales, estos jóvenes puedan contribuir a cambiar su comunidad, su región y su estado. Es por ello, que se debe pensar en hacer una práctica reflexiva sobre el conflicto y el manejo de las emociones en la escuela, para que a partir de eso, se puedan crear estrategias que mejoren esos aspectos en todas las instituciones educativas del país. A continuación se hace un acercamiento al término “ciudadanía” como uno de los más importantes en las ciencias sociales y el cual ayuda a comprender por qué se presentan tantos conflictos en la sociedad.

Por otro lado, el MEN también formuló unos Derechos Básicos de Aprendizaje para Ciencias Sociales. Para grado octavo son, entre otros, los siguientes:

- Evalúa la influencia de los procesos de cooperación económica y política entre los Estados Nacionales en la actualidad.
- Evalúa el impacto producido por los avances tecnológicos en el desarrollo social y económico de Colombia en el siglo XIX.
- Evalúa hechos trascendentales para la dignidad humana (abolición de la esclavitud, reconocimiento de los derechos de las mujeres, derechos de las minorías) y describe las discriminaciones que aún se presentan.

- Comprende la importancia de las asociaciones, los gremios, los movimientos y organizaciones sindicales en la defensa de los derechos colectivos.

En ese orden de ideas, cada DBA (Derecho Básico de Aprendizaje) tiene unas evidencias de aprendizaje asociadas. Lo importante que debe ser resaltado con la inclusión de estos DBA en los currículos, es que a través de ellos todos los docentes de Colombia podrán mirar hacia un mismo horizonte frente a las ciencias sociales, claro está, aplicando desde cada uno de sus contextos diferentes estrategias pedagógicas según las necesidades de sus estudiantes, pero que a su vez todas contribuyan al desarrollo de una sociedad más justa y armónica.

2.5 Ciudadanía

El término ciudadanía surge hace unos 2500 años en la Grecia Clásica, en donde tan solo unos pocos podían disfrutar de los derechos vinculados a dicho término; sin embargo, con el tiempo, esto fue cambiando, generando que más personas disfrutaran de estos derechos y ampliando el ideal de toda sociedad, tener una “ciudadanía universal”. Ahora bien, la importancia de la idea de ciudadanía radica en que somos seres sociales por naturaleza, por ende, una comunidad no debe ser liderada por una persona o un pequeño grupo, sino por todos los que a ella pertenecen, llámese a esto, democracia. De allí, se desprende un potencial conflictivo, al que todas las personas son expuestas y a partir del cual se deben diseñar medios para alivianar las tensiones y que las mismas, no lleguen muy lejos, de allí que la democracia es el sistema más eficiente para plasmar dichas relaciones.

Para Marshall (1965), la más plena expresión de la ciudadanía requiere un estado de bienestar liberal-democrático. Al garantizar a todos los derechos civiles, políticos y sociales, este estado asegura que cada integrante de la sociedad se sienta como un miembro pleno, capaz de participar

y de disfrutar de la vida en común. Allí donde alguno de estos derechos sea limitado o violado, habrá gente que será marginada y quedará incapacitada para participar (p. 78). El bienestar que le debe el estado a sus ciudadanos debe verse reflejado tanto a nivel individual como social en donde se garanticen todo tipo de derechos civiles, políticos y sociales. Los cuales se ven afectados cada día por la falta de participación ciudadana responsable de sus mismos integrantes, por la ausencia de oportunidades de las clases menos favorecidas; en donde se vulneran, se violan y se marginan muchos de sus derechos, en especial el de una educación digna para cada uno de los miembros.

En consecuencia, una de las primeras obligaciones de la ciudadanía es participar en la sociedad civil. Como lo afirma Walzer (1992), sumarse a la organización que prefieras “no es un *slogan* para reanimar a los militantes políticos, sino lo que la sociedad civil requiere” (p. 106). Que cada ser humano determine su rol en la sociedad civil, es parte fundamental para que todas las comunidades vivan en armonía, respetando los derechos humanos y valorando las ideas y pensamientos de los demás.

Por consiguiente, la ciudadanía se convierte en una obligación individual y moral de cada individuo, porque con ella, se evidencia la responsabilidad en la vida social, el autocontrol, al dar respuesta asertiva a todas las situaciones que se presentan en el convivir con el otro, al participar de diferentes espacios políticos, civiles, sociales y familiares. Esta construcción de ciudadanía se continúa debatiendo en muchos campos de las ciencias sociales. Tema importante para la Sociedad actual colombiana, donde la discriminación, la exclusión, el debate armado, la inseguridad, la corrupción de los estamentos del estado que vulneran cada día los derechos de los ciudadanos.

Por ello, a partir de la Constitución Política de 1991,

Colombia es un estado social de derecho, organizado en forma de República unitaria, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y la solidaridad de las personas que integran y en prevalencia del interés general (Art, 1)

Colombia es reconocida como un país pluralista, inclusivo, democrático, y garante de los derechos humanos. Dicho proceso, se ha centrado en el establecimiento de las normas que regulan la convivencia y los mecanismos de carácter electoral.

Pese a estos intentos de resolver las problemáticas que garanticen el bienestar y el desarrollo integral de los ciudadanos colombianos, se considera como máximo nivel de participación ciudadana la democracia civil, representada en el voto popular. Por consiguiente, para dejar de ver la ciudadanía reflejada únicamente en voto, surge la perspectiva de las competencias ciudadanas, las cuales son un conjunto de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que permiten vivir en paz y así, construir ciudadanía.

Para Chaux, Lleras y Velásquez (2004), la escuela es uno de los espacios más privilegiados para la formación ciudadana, por ende, formar en competencias ciudadanas desde todas las áreas del conocimiento, se ha vuelto un reto. También, llama a colación que aunque el papel fundamental de la escuela es la formación, la escuela en sí misma es una pequeña sociedad, en donde se presentan oportunidades grandiosas para el crecimiento como personas, para aprender a través de la práctica de la vida ciudadana, para construir normas que regulen esa interacción y para aprender a regular las emociones. Es así, como estos autores, definieron cinco pilares fundamentales para la formación ciudadana:

- Abarcar todas las competencias necesarias para la acción, es decir, trabajar de manera integrada no solo con los conocimientos sino con las competencias cognitivas, emocionales y comunicativas.

- Brindar múltiples oportunidades para la práctica de las competencias, es decir buscar que la formación que se da en la escuela, se traduzca en acciones y esto se logra a través de la práctica y el ensayo.
- Integrar la formación ciudadana de manera transversal en las áreas académicas, es decir que la formación en valores y competencias ciudadanas no es solo tarea del área de ética o sociales, sino de todas las áreas del currículo.
- Involucrar a toda la comunidad educativa, teniendo en cuenta que la escuela no es el único lugar al que se ve expuesto el estudiante, es importante que tanto la familia, como las organizaciones de la comunidad se vinculen en esta tarea.
- Evaluar el impacto, es decir, evaluar las estrategias utilizadas en la escuela a través de pruebas tales como la de competencias ciudadanas del ICFES.

Por ende, dentro de los pilares de las competencias ciudadanas, se retoma la convivencia de paz como reto de dichas competencias que se dan en el aula de clase:

Un ciudadano competente debe ser capaz de convivir con los demás de manera pacífica y constructiva. Esta convivencia no implica la armonía perfecta o la ausencia de conflictos. Esa perfección no es realista y tal vez ni siquiera sea deseable (p.21).

En las aulas y fuera de ellas se encuentran diferentes tipos de conflictos que están tipificados a la luz de la ley 1620 del 2013 “Sistema de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales, reproductivos y la prevención y mitigación de la violencia escolar” cuyo objetivo es promover la convivencia escolar, la formación ciudadana y el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos. Conflictos que vemos a diario en el quehacer docente y que en todo grupo social inevitablemente se presentan debido a que los múltiples

intereses que tiene cada persona o grupo riñen frecuentemente con los intereses de los demás. La convivencia pacífica, en cambio, sí implica que los conflictos que se presenten sean manejados sin agresión, y buscando favorecer los intereses de todas las partes involucradas.

Finalmente, pero no menos importante, el aprendizaje de lo que está escrito en la Constitución es una parte fundamental de la formación en ciudadanía, buscar que los principios democráticos y de convivencia pacífica en la pluralidad sean parte de la vida cotidiana en las instituciones educativas planteados en la ley 115 de 1994 en su ARTÍCULO 1o. Objeto de la ley.” La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes” corroborado esto en ARTÍCULO 5 fines de la educación literal 2. “La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad” y desde los Lineamientos curriculares como eje orientador “ El sujeto, la sociedad civil y el Estado comprometidos con la defensa y promoción de los derechos y deberes humanos, como mecanismos para construir una democracia y conseguir la paz” los cuales convergen posteriormente, en los Estándares de competencias básicas de las ciencias sociales y que desde su meta “ Aportar a la formación de hombres y mujeres miembros activos de una sociedad” en la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida, teniendo presente sus implicaciones en cada uno de los seres que habitamos el planeta: niños, niñas, jóvenes, hombres y mujeres adultos, ancianos y ancianas, poblaciones de diversas etnias y condiciones socio-culturales, animales, plantas, recursos hídricos y minerales... en fin, en ese gran conjunto que hemos llamado la Tierra y que los seres humanos hemos ayudado a configurar. Por último, los Derechos básicos de aprendizaje evidencias de aprendizaje: explica algunas herramientas y

procedimientos alternativos (diálogo, conciliación, arbitraje, mediación con los que se cuenta para resolver un conflicto laboral o social) (MEN, 2016).

2.6 Convivencia

Uno de los conceptos relevantes en esta investigación, es también el de convivencia. Somos seres humanos y vivimos en constante interacción con otros, lo que conlleva a necesitarnos, pero también, a asumir situaciones de conflicto que se presentan a diario. Un ejemplo claro es el que da Vigotsky (1979) quien afirma que la interacción social es el medio para que las personas desarrollen habilidades particulares y por ende, le brinda la posibilidad de integrarse a la vida en sociedad (p. 28). En otras palabras, la interacción social permite que los seres humanos aprendan a convivir juntos.

Jares (2006) afirma que el aprendizaje de la convivencia no solo se da en el contexto escolar sino en todos los contextos sociales y con diferentes matices. En este aspecto, es importante resaltar que aunque tradicionalmente, la familia y la escuela han sido entes fundamentales para desarrollar las competencias para vivir en sana convivencia, no se puede desconocer que también existen otros ámbitos que afectan el desarrollo de la persona y por ende, su capacidad para vivir en comunidad.

En ese orden de ideas, se debe hacer referencia al término convivencia escolar, el cual para Jares (2006) se define así,

...el aprender a vivir y a relacionarse con las demás personas a través de una comunicación permanente fundamentada en el afecto, respeto y tolerancia que permita convivir y compartir en armonía con los demás en diferentes situaciones de la vida” (p. 24).

Es así, como la escuela es uno de los lugares más privilegiados para desarrollar las competencias ciudadanas emocionales fundamentales para que se pueda tener una sana convivencia en el aula. Por lo anterior, se hace necesario ver la convivencia escolar como lo plantea el MEN (2004) quien dice que esta es “una forma de dar respuesta a la demanda social, de fortalecer la convivencia social, generando las condiciones para que los y las estudiantes se desarrollaran en un contexto pacífico, democrático y armónico”.

2.7 Competencias ciudadanas

Las competencias ciudadanas son otro componente importante en esta investigación. Según Chaux, Lleras y Velásquez (2004) “Todos los colegios forman en ciudadanía a sus estudiantes”, sin embargo, se diferencian en la manera en la que se está llevando dicha formación. Las competencias ciudadanas deben ser un componente indispensable en el currículo, puesto que es a través de ellas que los seres humanos aprenden a enfrentar el conflicto, en este sentido a regular sus emociones, reconocer las emociones propias y las manifestaciones de las emociones en los demás; lo que conlleva a generar una convivencia armónica. Para estos autores, “Las competencias ciudadanas son los conocimientos y habilidades que permiten que el ciudadano actúe de manera constructiva en la sociedad democrática”. Las competencias se demuestran en el accionar de las personas, no son impuestas.

Es así, como según Chaux, Lleras y Velásquez (2004) las competencias ciudadanas se distinguen en diferentes tipos las cuales son: los conocimientos, las competencias básicas cognitivas, las competencias emocionales, las competencias comunicativas y las competencias integradoras (p.20). Los conocimientos son toda la información que cada persona debe saber y

comprender en el ejercicio de la ciudadanía. Las competencias cognitivas son las capacidades que se tienen para realizar diversos procesos mentales. Las competencias emocionales son las capacidades para identificar y responder ante las emociones propias y las de las personas del entorno. Las competencias comunicativas son aquellas que permiten comunicarse de manera efectiva con las demás personas y, finalmente, las competencias integradoras son aquellas que abarcan todas las demás competencias.

Como se puede observar, las competencias ciudadanas abarcan muchos aspectos del ser humano, por ende, se pueden fomentar y enriquecer desde todas las disciplinas del conocimiento; no debe ser tarea sólo del área de ciencias sociales o de ética y valores; sino de todas las áreas. En ese sentido, es inminente que se deben crear estrategias pedagógicas para facilitar el aprendizaje de las competencias ciudadanas y repensar el currículo desde una perspectiva social, en donde la meta más importante sea conducir a los estudiantes hacia el propio conocimiento de sus emociones y las de los demás, lo que incidiría directamente en la convivencia escolar y por ende, en su desenvolvimiento como futuros ciudadanos.

2.8 Competencias emocionales

Las competencias emocionales son también otro elemento fundamental en el desarrollo de esta investigación. Algunas definiciones de emoción, citadas por diferentes autores como Bericat (2012) y Denzin (2009 p. 66) quienes establecen que “es una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que durante el transcurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional”. Por otro lado, Kemper (1987 p. 267) dice que “es una

compleja y organizada predisposición a participar en ciertas clases de conductas biológicamente adaptativas...caracterizada por unos peculiares estados de excitación fisiológica, unos peculiares sentimientos o estados afectivos, un peculiar estado de receptividad y una peculiar pauta de reacciones expresivas”. Es por lo anterior que para Bericat (2012) la definición de emociones es muy compleja, por eso, para él es fundamental comprender la naturaleza de las mismas ya que ello contribuye al desarrollo de una sociedad mejor.

Figuerola L, A., y Guevara, I. A. (2010) definen la emoción desde diferentes posturas; corporal, psicológica, fisiológica, estética y social. En los primeros años el niño expresa las emociones desde temprana edad, al interactuar con sus familiares y después con su grupo social a través de la práctica de diferentes juegos. En este sentido, para Lewis (1992) las emociones básicas de la infancia (tristeza, alegría, miedo) se van identificando en un conjunto de reacciones posturales, corporales y verbales que el niño es capaz de identificar en los otros y en él mismo. Con ayuda del adulto, el niño irá interpretando el lenguaje verbal y no verbal de las emociones y ampliando su vocabulario emocional, además, el reconocimiento y comprensión de las emociones ajenas permitirá, en un futuro, desarrollar el sentimiento de empatía.

Dichas relaciones en el niño, lo preparan para el aprendizaje de los lenguajes expresados con las emociones, como cuando el chico en el juego con el otro manifiesta su disgusto hacia ciertas actividades u objetos. Para Goleman (1996), “la emoción hace referencia a los sentimientos y pensamientos característicos, a las condiciones psicológicas y biológicas que lo caracterizan, así como a una serie de inclinaciones a la actuación” (p. 441) a lo que Bisquerra (2000) añade que, según la postura fisiológica emocional, la emoción es “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción” (p. 20).

En ese orden de ideas, se puede afirmar que la interacción de las emociones con el otro, facilitan las decisiones personales, sociales, y profesionales. A su vez las emociones facilitan las decisiones y guían la conducta. Existen centenares de emociones y muchas variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas, por esta razón es importante saberlas identificar, para poderlas gestionar y sobre todo, controlar.

Teniendo en cuenta el término “emociones” desde diferentes perspectivas teóricas, se hace necesario llamar a colación el concepto de “Educación emocional”, siendo este fundamental para formar en competencias ciudadanas emocionales y reflexionar sobre la importancia de la misma en todas las escuelas de Colombia, puesto que a través de ella, se contribuiría a mejorar la convivencia en todos los ámbitos, y en este caso en el ámbito escolar.

Para Thornike (1927), citado en Fernández (2007), “la inteligencia social es la capacidad de una persona para comprender e interactuar eficazmente con los objetos y acontecimientos interpersonales” a lo que Fernández (2007) añade que la competencia social hace referencia a la capacidad del individuo de adaptar su comportamiento en función a la retroalimentación que recibe del interlocutor y de la propia situación. En ese orden de ideas, para ser competente a nivel social, el individuo debe saber controlar sus emociones, es decir, auto-regularse.

Cabe resaltar, que educar emocionalmente a los estudiantes, minimiza la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad).

Por lo anterior, es importante mencionar que al introducir en la escuela las prácticas educativas basadas en el desarrollo emocional, los jóvenes mejoran sus habilidades psicológicas para expresar las emociones propias, ser equilibrados, entender al otro en sus relaciones, y utilizar esta información para guiar su forma de pensar y su comportamiento (Goleman, 1996).

Bisquerra, afirma que el desarrollo de las competencias emocionales es el objetivo de la educación emocional. En este sentido la educación emocional, como un proceso educativo, continuo y permanente, pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitar para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (2000).

En ese orden de ideas, y teniendo en cuenta que las emociones en esta investigación son la base fundamental de la misma, se clasificaron las competencias en función de cinco grandes bloques de contenidos: conciencia emocional, autoestima, regulación emocional, habilidades sociales y habilidades de vida. En este sentido se entiende que es necesario en primer lugar un proceso de concienciación de las emociones, es decir, verbalizar qué se siente, como paso previo a la regulación emocional, sin olvidar el desarrollo de un nivel de autoestima adecuado para conseguirlo. Así mismo, para un desarrollo integral será necesario optimizar las relaciones intrapersonales (habilidades de vida) y con los otros (habilidades sociales).

En este sentido, la consciencia emocional busca que el individuo reconozca sus propias emociones y las de los demás, para lo cual, se debe realizar una auto evaluación, que implica evaluar cuáles son esas emociones propias de la persona y cómo se manifiestan; para así poder dar el paso a observar el comportamiento de las personas que hay alrededor e identificar sus emociones y las manifestaciones de las emociones en ellos es decir, tratar de comprender la diferencia entre pensamientos, acciones y emociones, comprender las causas y consecuencias de las emociones, evaluar la intensidad de las emociones y reconocer y utilizar el lenguaje de las emociones tanto en la comunicación verbal como no verbal (Bisquerra, 2003, p. 98), es así, como se despierta la consciencia emocional, habilidad que ayuda al ser humano a entender su rol en la sociedad, a valorar el rol de otros y a respetar las diferencias.

En segundo lugar, la regulación emocional es la capacidad de controlar las emociones desagradables, de tolerar la frustración y de saber posponer las gratificaciones (López, 2003). La regulación permite la posibilidad de reinterpretar las vivencias subjetivas ante una situación o bien la posibilidad de ampliar nuestro repertorio de estrategias para controlar nuestra conducta, es decir, para regular su intensidad y duración. Podríamos traducir la regulación como el arte de ser capaz de calmarse, de adecuar socialmente nuestra conducta actuando sobre el componente cognitivo y conductual de las emociones.

Según Bisquerra (2005, p. 98) la regulación de las emociones probablemente sea el elemento esencial de la educación emocional. Por tanto, es vital no confundir la regulación emocional y otros términos afines con represión. La tolerancia a la frustración, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, las habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo, son los componentes importantes de la habilidad de autorregulación.

Por otro lado, es importante mencionar que la gestión de las emociones está directamente relacionada con el grado de socialización del niño y un inadecuado control afecta tanto a la adaptación escolar, familiar como social. Asimismo, aprender a regular la conducta ampliando las estrategias de afrontamiento de las emociones negativas prevendrá en edades posteriores comportamientos de riesgo ante situaciones adversas como pueda ser el fracaso escolar, la muerte de un familiar o la violencia de los compañeros.

En este sentido, y desde una perspectiva ecológica y social, autores como Luca de Tena, Rodríguez y Sureda (2000) y Carpena (2001) señalan la importancia del adulto como mediador en la regulación emocional mostrando el sistema de valores que hará sentir al niño miembro de una sociedad en la que se establecen normas necesarias para su funcionamiento.

A nivel educativo el control emocional requiere el aprendizaje de patrones de respuesta rápida para actuar ante situaciones en que podrían darse respuestas impulsivas. El aprendizaje de estas estrategias de control deben estar integradas en el contexto de la vida diaria para que se den de forma espontánea (Goleman, 1999). Como estrategias de control destacamos el papel del lenguaje interno o la utilización del habla privada para la dirección de la propia conducta (Meichembaum y Asarnow, 1979).

A continuación, se habla de la autonomía emocional, como una de las principales tareas que tiene el ser humano en su vida. Para Oliva y Parra (2000) una de las encrucijadas más grandes del adolescente en cuanto a las competencias emocionales, es llegar a adquirir autonomía respecto a sus padres y prepararse para vivir como un sujeto adulto, el cual tiene la capacidad para decidir y actuar por sí mismo. Uno de los mayores retos de la educación es generar esa autonomía emocional, desde todos los aspectos, concienciar a los estudiantes de que el apoyo de otros, en este caso de sus padres no será para siempre y que tarde o temprano se deben enfrentar al mundo solos; para lo cual, deben aprender a manejar sus emociones ya que ello, les ayudará a enfrentar la vida de manera más madura y siendo conscientes de que todas sus acciones afectan a las personas de su entorno. Por todo lo anterior, en los últimos años, el MEN se ha preocupado por la forma en que se debe abordar el conflicto en Colombia, y, en este caso el conflicto escolar, para lo cual, establece que a través de la enseñanza de las ciencias sociales se trabajen aspectos como las competencias ciudadanas, desde sus tres campos: cognitivo, emocional y comunicativo.

2.9 Práctica reflexiva

Los diferentes cambios que ha tenido la sociedad a través de las tendencias tecnológicas y de la información, han impactado también los procesos sociales, políticos y culturales, y, la

educación no es un ámbito aislado a ello. Todos los campos de la sociedad sufren transformaciones significativas en su contexto y función social y socializadora, sin embargo, la forma en cómo una sociedad esté preparada para afrontar el cambio, determina en mucha medida, el éxito de la misma. Es así, como se ha visto que en la educación los procesos educativos han sido orientados por expertos que dicen cómo enseñar - qué modelos pedagógicos adaptar qué pruebas aplicar, lo cual, aunque es interesante, se realiza de una manera poco consciente, puesto que, en muchas ocasiones, las propuestas para aplicar en los currículos de las escuelas, están totalmente desfasadas de la realidad de los niños y jóvenes, por lo cual, no son exitosas a la hora de ejecutarse, Gutiérrez, M., Buitrago y Valencia, V. (s.f)

Por esta razón, es importante que a través de la práctica pedagógica, se evalúe y se reflexione sobre el que hacer docente y que a partir de allí, se concreten estrategias que apunten realmente a las necesidades de cada uno de los individuos de la escuela. La investigación educativa, se convierte en una necesidad para el docente, la reflexión, la comprensión y la transformación de una acción educadora, que forme sujetos, críticos, autónomos, comprometidos con la democracia, ésta es la base fundamental para que la educación tenga ese gran impacto que en su esencia debería tener.

Entre tanto, comprender lo que sucede en el aula, los fenómenos que en ella se presentan a diario y las cómo los estudiantes actúan frente a x o y problema, le ayuda al docente a mejorar aspectos de la enseñanza - aprendizaje en donde se compromete desde el macro sistema social y escolar hasta el microsistema del aula y la influencia de los múltiples factores y componentes que definen y configuran la propuestas pedagógicas específicas (Zabala, 2007, pág. 23)

El objetivo de lo planteado anteriormente es lograr conducir la práctica docente hacia enfoques reflexivos y críticos basados en la participación activa, la profesionalización y la

vinculación de los contextos reales de los estudiantes. Además, la observación y diagnóstico de estas interacciones en el aula generan un acercamiento más profundo con el alumnado, permitiendo que se puedan ver fenómenos más allá de lo que se espera.

2.10 Marco contextual

La institución educativa Fabio Vásquez Botero se encuentra ubicada al Noroccidente del Municipio de Dosquebradas y los barrios aledaños son Naranjales, San Rafael, Olaya Herrera, Violetas, Los Rosales, Barrios Unidos de Frailes, el Japón, La Aurora, La Pradera, Campestres A,B, C y D, El Limonar. La mayoría de estos barrios comprenden estratos 1, 2 y 3, en los cuales existen una serie de conflictos sociales que perturban a la comunidad.

La institución educativa cuenta con un total de 1.625 estudiantes de primaria y básica secundaria, distribuidas en las dos jornadas (mañana y tarde), sin embargo, la presente investigación se dio a cabo en la sede central, en donde sólo están los grados de sexto a once y se cuenta con alrededor de 420 estudiantes. Este estudio se realizó con 36 estudiantes de grado octavo.

3. Metodología

A continuación, se presentan los componentes metodológicos de la investigación.

3.1 Tipo de investigación

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo que según Hernández, Fernández y Baptista (2006) se entiende también como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa; se fundamenta en un proceso inductivo y va de lo particular a lo general. Por otro lado, según los mismos autores, el enfoque cualitativo evalúa el desarrollo natural de los sucesos, es decir, no hay manipulación ni estimulación de la realidad; es por ello, que el investigador se introduce en el mundo de las experiencias individuales de sus participantes y construye el conocimiento a partir de lo observado. En otras palabras,

El enfoque cualitativo puede definirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo visible, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos, es naturalista porque estudia los objetos y seres vivos en sus contextos o ambientes naturales y es interpretativo porque intenta encontrar sentido a los fenómenos en términos de los significados que las personas otorguen (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 9)

3.2 Diseño

El diseño de esta investigación, corresponde a un estudio de caso único, el cual según Hernández, Sampieri y Mendoza (2008), citados en (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) “son estudios que al utilizar los procesos de investigación cualitativa, analizan profundamente una unidad holística para responder al planteamiento el problema, probar hipótesis y desarrollar

alguna teoría” (p. 164) y, en el que también Yin (1994) aporta que es en el cual se asume el fenómeno de investigación desde su unidad y contexto para poder comprender la situación que se está estudiando desde su realidad inmediata. Es así, como se analizó un fenómeno a nivel escolar en el cual se conoció el contexto real de un grupo de estudiantes a través de sus participaciones, producciones y observaciones.

3.3 Unidad de análisis y de trabajo

La unidad de análisis del presente proyecto de investigación está representada en las diferentes manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales en los estudiantes del grado octavo de la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero.

La unidad de trabajo, fueron los 36 estudiantes del grado octavo, de la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero del municipio de Dosquebradas. Cuya Caracterización son jóvenes entre los 12 y 16 años de edad, de ambos sexos, con un estrato socioeconómico 1- 2, distribuidos entre 25 hombres y 11 mujeres. Fue seleccionado por ser el grupo asignado como dirección de grupo del docente investigador.

3.4 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información

La observación participante

La observación participante fue una de las técnicas que se utilizó en esta investigación y fue la base fundamental del proceso de recolección de datos. Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) la observación “implica adentrarnos profundamente en situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones”. Es así, como a través de este estudio, el investigador se adentró en el contexto

real de los estudiantes, permitiéndose hacer una reflexión sobre todas las manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales del grupo, para después, interpretarlas a la luz de las teorías consultadas.

El diario de campo

El diario de campo son el medio a través del cual se registran las anotaciones que se observan en el campo, es un diario personal, según Hernández, Fernández y Baptista (2014), es así, como a través de este instrumento, el investigador pudo recordar y resaltar aspectos importantes que se dieron en cada una de las sesiones de la unidad didáctica, pudiendo hacer una reflexión más específica de los datos. (Anexo A)

Las grabaciones o material audiovisual

Las grabaciones según Hernández, Fernández y Baptista (2014) brindan mucha información sobre el contexto en el que se da la investigación y, aunque no siempre es accesible, es un instrumento que puede tener grandes ventajas para el análisis e interpretación de datos. En este caso, se grabaron todas las sesiones de la unidad didáctica (p. 417)

Los documentos

Afirman Hernández, Fernández y Baptista (2014) que “una fuente muy valiosa de datos cualitativos son los documentos, materiales y artefactos diversos”. Es así, como se tuvieron en cuenta documentos escritos de los estudiantes, cuestionarios producto de diversas actividades y explicaciones de cartelera; los cuales fueron pieza clave para analizar e interpretar las manifestaciones que se daban de las competencias ciudadanas emocionales. Los documentos, le

permiten al investigador “estudiar el lenguaje escrito y gráfico de los participantes”. Son de gran ayuda, puesto que pueden ser consultados y analizados cuantas veces se desee. (p. 417)

3.5 Procedimiento

En primer lugar, para poder ingresar al campo de investigación, se solicitó el permiso por escrito al rector de la institución educativa, especificando los objetivos y la intención de la misma, además de acordar que se socializarían los resultados del estudio después de su aplicación.

Después, se citó a reunión de padres de familia, para socializar lo que se realizaría con el grupo de estudiantes, enfatizando en que la opción de participar era voluntaria y que los datos allí obtenidos serían confidenciales al mismo tiempo que las imágenes y grabaciones tendrían un uso académico exclusivamente; para ello se firmó el consentimiento informado, con el cual todos estuvieron de acuerdo. (Anexo B)

Después de tener la aprobación de la institución educativa y de los padres de familia, se procede a desarrollar la unidad didáctica basada en las competencias ciudadanas emocionales, la cual, tuvo una duración de seis sesiones, de dos horas cada una (Anexo C). A partir de allí, se utilizaron diferentes técnicas e instrumentos para la recolección de la información necesaria.

Para Diez (2015) la unidad didáctica es toda unidad de trabajo de duración variable, que organiza un conjunto de actividades de enseñanza y aprendizaje y que responde, en su máximo nivel de concreción, a todos los elementos del currículo: qué, cómo y cuándo enseñar y evaluar. Es así, como en la unidad didáctica se deben precisar algunos componentes importantes tales como los objetivos y contenidos, las estrategias de enseñanza y aprendizaje, las estrategias evaluativas, los recursos y materiales, el tiempo, entre otros. Es por ello, que a través de la

unidad didáctica el docente tiene la oportunidad de evaluar su que hacer docente y mejorar sus falencias, puesto que es allí en donde es consciente del impacto que todas sus actividades tienen en el alumnado, de la importancia de la planeación y del impacto que genera tener la clase planeada en orden secuencial.

Es así, como se empieza con la fase de ejecución y desarrollo de la unidad didáctica, en donde se plantean estrategias como talleres, diálogos, debates, cuestionarios, reflexión de videos, prácticas deportivas, entre otras, para poner en práctica la técnica de observación y el diario de campo, tomando nota de las manifestaciones de las emociones en los estudiantes y de su accionar ante diferentes situaciones que se presentaron en cada sesión.

A continuación, se presenta el orden en que se planeó y diseñó la unidad didáctica.

Momento 1: Formación teórico- técnica:

En primera instancia, el docente investigador se contextualizó en cuanto a los componentes de una unidad didáctica, a la vez que se leyeron y se reflexionó sobre la importancia y pertinencia de los estándares de competencias en sociales.

Momento 2: Elaboración de la unidad didáctica:

La unidad didáctica, estuvo compuesta por una estructura, así:

Nombre de la unidad didáctica: Emociones y convivencia en el aula

Para el nombre de la unidad didáctica, se tuvieron en cuenta los objetivos principales de la investigación y al mismo tiempo, las competencias que se deseaba mejorar en los estudiantes.

Duración de la unidad didáctica:

La unidad didáctica se aplicó en seis semanas.

Duración por sesión:

Cada sesión tiene una duración de dos horas.

Docentes:

La unidad didáctica fue diseñada e implementada por el docente Andrés Osorio Quintero, profesor de educación física de la Institución Educativa Fabio Vásquez Botero.

Objetivo general y específico:

Los objetivos se formularon teniendo en cuenta los estándares curriculares y cómo se quería impactar a los estudiantes.

Estándares de ciencias sociales y competencias ciudadanas:

Para realizar la unidad didáctica se tuvieron en cuenta tanto los estándares curriculares en ciencias sociales como las competencias ciudadanas sugeridas por Chaux (2006).

Principios que guían la unidad didáctica:

Esta unidad didáctica tiene un enfoque socio constructivista apoyada desde la visión de Vygotsky y propuesta por el autor Cesar Coll, donde la utilidad del constructivismo, reside en que permite formular determinadas preguntas nucleares para la educación, contestándole desde un marco explicativo, articulado y coherente, el cual ofrece criterios para abundar en las respuestas que requieren informaciones más específicas (Coll, 1999, p 34 citado por Pimienta, 2007, p.2008). Otro autor como Mario Carretero, se refiere al constructivismo como la idea de que el individuo, tanto en sus aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos es una construcción propia (Carretero, 1997, p 10 citado por Pimienta (2007, p 8).

Por consiguiente, construir activamente el conocimiento basados en lo que sabemos y en una relación activa con los que interactuamos, son teorías constructivistas desde los autores: Jean Piaget, Vygotsky, psicólogos de Gestual, Bartlett, Bruner y John Dewey.

Contenidos:

Los contenidos que fundamentan la unidad didáctica son de carácter conceptual, procedimental y actitudinal, orientados al tema de las competencias ciudadanas emocionales.

Momento 3: Se inicia con la aplicación de la unidad didáctica. En donde se desarrollan seis sesiones. En la primera sesión, se explicó y comprendió el concepto de emoción y sus componentes. En la segunda sesión, los estudiantes pudieron identificar algunas emociones negativas y cómo se manifestaban en ellos. En la tercera sesión, se ahondó más en cada una de las emociones negativas vistas, buscando su concepto real. En la cuarta sesión, se trabajaron las emociones positivas y cómo sacar provecho de ellas, para enfrentar las situaciones de conflicto, al mismo tiempo, se comprendió la importancia de las competencias emocionales. En la quinta sesión, se realizaron actividades para identificar diferentes formas de regular las emociones, se identificaron las emociones negativas en cada uno de los participantes y cómo las podrían controlar. En la última sesión, se trabajó la convivencia escolar y su conceptualización, asociando el término con las emociones y cómo éstas incidían en los conflictos que a diario afectaban el ambiente de aula.

Después de obtener la información a través de las técnicas e instrumentos, se procede a revisar, organizar y ordenar los datos de la información recolectada, a esta fase se le llamó “fase de finalización o cierre”.

4. Análisis e interpretación de la información

Análisis de las manifestaciones de las Competencias Ciudadanas Emocionales

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en esta investigación, teniendo en cuenta las fases de trabajo planteadas. Para realizar el análisis e interpretación de los datos, se tuvo en cuenta el procedimiento para el análisis de datos cualitativos, planteado por Hernández, Fernández y Baptista (2014). Desde la recolección de los datos, hasta la organización y revisión de los mismos, unidad de significado, categorización de primer y segundo nivel e interpretación de las categorías; para así, realizar una lectura de los datos obtenidos, basados en las teorías o estudios existentes sobre el tema de la investigación y poder asegurar que existe una confiabilidad y validez en esos resultados, la discusión de dichos resultados obtenidos, con los de otros estudios, fue de vital importancia ya que permitió interpretar las manifestaciones de las competencias emocionales desde el contexto escolar, específicamente en el aula.

4.1 Análisis de primer nivel

Para analizar los datos en el primer nivel, se hizo una revisión de los datos obtenidos, se especificó que la unidad de significado sería la frase. Se inició el análisis de las transcripciones y se empezó con la primera frase, se le asignó un código y una categoría, luego, se tomó la segunda frase, comparándola con la primera y se observó si eran o no iguales, si eran iguales, se les asignaba el mismo código y categoría, si no lo eran, se le asignaban unos nuevos, y así con cada una de las frases llegando al punto de encontrar saturación de categorías en donde ya no se evidenció nada diferente a lo anteriormente encontrado.

En la tabla 1 se muestran los colores asignados a las diferentes categorías encontradas y la tabla 2 presenta el análisis de primer nivel, la cual está conformado por tres columnas, así: categorías iniciales que emergieron, evidencia o código vivo e interpretación que hace el investigador de la categoría.

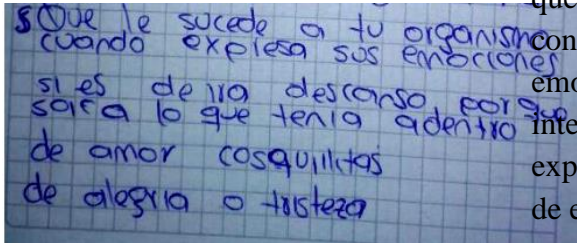
Las abreviaturas utilizadas para mayor claridad fueron: **V** (video), **E1**, **E2** (estudiante 1, estudiante 2), **I** (investigador). **P.C** (Producción de los estudiantes en cartelera), **P.E** (Producción de los estudiantes en escritos). A cada categoría se le asignó también un color específico, lo que facilitó el proceso de análisis de las categorías de primer nivel. Se asignaron colores para cada categoría así:

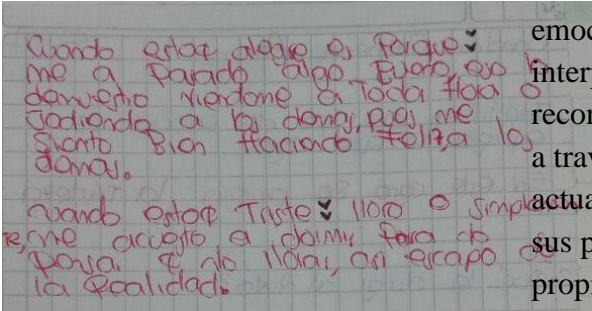
Tabla 1. Colores asignados a las categorías iniciales

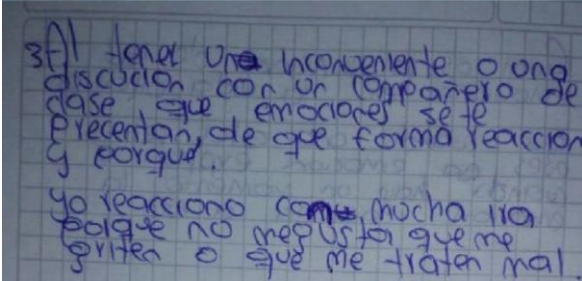
CONCEPTO DE EMOCIÓN	SIGNOS ASOCIADOS A UNA EMOCIÓN	IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES Y SUS MANIFESTACIONES EN SÍ MISMO		RELACIONES CON LOS DEMÁS
RECONOCIMIENTO DE LAS SITUACIONES QUE GENERAN UNA EMOCIÓN	IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES EN LOS DEMÁS	RECONOCIMIENTO DE LAS MANIFESTACIONES DE LAS EMOCIONES EN LOS DEMÁS	CONTROL DE LAS EMOCIONES	

Tabla 2. Categorización de primer nivel

CATEGORÍAS INICIALES	EVIDENCIAS DE LOS DATOS	INTERPRETACIÓN DEL INVESTIGADOR
CONCEPTO DE EMOCIÓN	<p>VE2: “eh para mí una emoción es algo que nos hace sentir bien, por ejemplo cuando uno gana un examen o algo así”</p> <p>VE13: “Es un sentimiento muy intenso de alegría o de tristeza. También hay cariño, odio”.</p>	<p>Desde esta categoría, se puede interpretar que definen las emociones desde lo vivido en su cotidianidad, se asocian más hacia un “sentirse o no sentirse bien”.</p> <p>A veces, el contexto de emoción es muy arraigado al contexto en el</p>

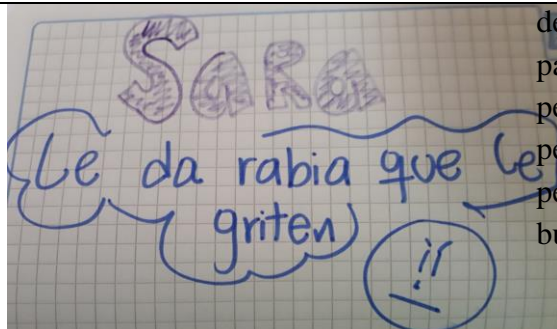
	<p>P.C E7, E2 Y E4.</p> <p>“Son sentimientos que varía en el estado de ánimo de una persona. Puede ser: positivas como la alegría, el amor, el cariño o negativas como la ira, la tristeza y el rencor. Las emociones se originan en el cerebro y la amígdala y luego la expresión”.</p>	<p>cual cada uno se ha desenvuelto o en el que ha crecido, por ende, las diferencias en cuanto a este término, se hacen evidentes en los estudiantes, siendo esto un aspecto importante para considerar.</p>
<p>SIGNOS ASOCIADOS A UNA EMOCIÓN</p>	<p>P.E E7</p> <p>I ¿Qué le sucede a tu organismo cuando expresa sus emociones?</p>  <p>VE5. “Cuando yo tengo mucha rabia me como las uñas”.</p> <p>VE2. “Cuando yo estoy preocupada, me da tembladera y me como los lapiceros...”</p>	<p>En esta categoría, se evidencia que los estudiantes reconocen los signos corporales o físicos que se asocian a cada una de sus emociones, lo que permite interpretar, desde este discurso, que sí hay una verdadera conexión entre sus acciones y sus emociones. También, se puede interpretar que todos ellos han experimentado un signo o varios de ellos, asociados a una emoción, ya que en sus palabras, la mayoría dan muestra de ello.</p> <p>El hacer un gesto, una mueca, levantar la voz, mover el cuerpo, cambiar de posición corporal, son signos importantes que los estudiantes reconocen como importantes a la hora de reconocer las manifestaciones de</p>

	sus emociones.
IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES Y SUS MANIFESTACIONES EN SÍ MISMO	<p>VE2. “yo identifico mis emociones, la felicidad me gusta jugar fútbol, me gusta recochar mucho y ser muy extrovertida, cuando tengo mucha ira no me gusta que me hablen porque sé que me voy a desquitar y después voy a decir cosas de las que me voy a arrepentir y no quiero, la tristeza mi mejor manera es desahogarme hablando con alguien, dialogar con alguien para que me aconseje”.</p> <p>P.E E4</p> <p>“Cuando estoy alegre es porque: me ha pasado algo bueno, eso lo demuestro riéndome a toda hora o jodiendo a los demás, pues me siento bien haciendo feliz a los demás”.</p>  <p>VE5: “Hay momentos en los que uno esta estresado y tiene muchas cosas en la cabeza y cuando uno está en un momento de paz, pues uno puede pensar mejor las cosas”.</p> <p>Por ello, estos segmentos se pueden interpretar como un conocimiento de sus emociones y las manifestaciones de las mismas, ya que todos asocian su emoción con una reacción o evento a través del cual se manifiesta la misma.</p> <p>Se observa también que los estudiantes hacen una relación entre los estados de ánimo y las emociones, lo cual, se puede interpretar como un proceso de reconocimiento de sus emociones, a través del descubrimiento de su actuar y las manifestaciones de sus propias emociones en sus propios contextos.</p>

	<p>P.E. E2.</p> <p>I ¿Al tener un inconveniente o una discusión con un compañero de clase qué emociones se te presentan y de qué forma reaccionas? ¿Por qué?</p> <p>“Yo reacciono con mucha ira porque no me gusta que me griten o que me traten mal”.</p> 	
<p>RECONOCIMIENTO DE LAS SITUACIONES QUE GENERAN UNA EMOCIÓN</p>	<p>VE13. “Yo la alegría la expreso molestando a la gente, la tristeza me acuesto a dormir”.</p> <p>VE3: “Yo reacciono con ira furia rencor porque uno como persona la mayoría de veces reaccionamos mal pero intento evadir esos problemas”</p> <p>P.E E1</p> <p>VE9 “a nosotras nos llamó más la atención la del grupito de niños que estaban gritando, porque expresan la alegría de jugar de hacer cosas creativas.”</p> <p>VE11 “yo identifiqué la imagen de las caritas, de enamorada, de tristeza;</p>	<p>Lo que los estudiantes manifiestan, se puede interpretar a partir del hecho de lo que ellos reconocen explícitamente cuáles son algunas de las situaciones que generan una emoción; esto permite evidenciar que tienen la capacidad de actuar a priori y tomar decisiones apropiadas cuando se les presenta un</p>

	<p>porque la vida muchas veces tenemos momentos de alegría o cuando alguien está enamorado...”</p>	<p>conflicto o situación problema; solo que se acostumbran a repetir comportamientos inadecuados o que observan a diario en sus entornos. Es importante también mencionar que reconocer que hay muchas emociones positivas que nacen de las situaciones diarias, lo que se puede evidenciar en la narrativa de la E11, ya que la alegría es una emoción sana y que no se da en situaciones de conflictos.</p> <p>No se pudo desconocer que cada estudiante es un ser individual, con contextos familiares y sociales diferentes, por lo cual, cada uno relaciona las manifestaciones de sus emociones a situaciones diferentes, es decir, si para uno de ellos, el que sus padres peleen puede ser una situación que desencadena X emoción, para otro podría ser poco importante.</p>
<p>IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES EN LOS DEMÁS</p>	<p>VE4. “A mí no me gusta jugar con ____ porque ella es muy mandona y malgeniada”.</p> <p>P.E.E2</p> <p>“Sara le da rabia que le griten”.</p>	<p>En esta categoría se puede observar cómo los estudiantes reconocen algunas emociones en los demás, malgeniadas, divertido, rabioso, entre otras, son algunas de las emociones que los mismos compañeros, reconocen en los demás. En la interpretación de esta categoría, se puede decir que, la mayoría de estudiantes asociaron a sus compañeros con emociones negativas, lo que podría verse como una falta de espacios para el reconocimiento</p>

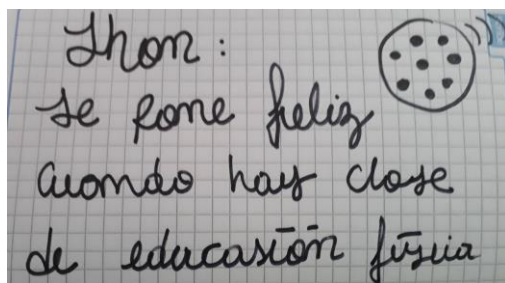
RECONOCIMIENTO DE LA MANIFESTACIÓN DE LA EMOCIÓN EN LOS DEMÁS



de las emociones positivas de sus pares o unas relaciones interpersonales quebrantadas, que no permiten ver al otro como una persona que también tiene cosas buenas para brindar.

VE1: “La parte emocional podemos ver que cambia mucho para la persona, por ejemplo a veces se ponía muy loco y quería tirársele encima a la muchacha a amarla y quererla así de momento”.

P.E.E1



VE3: “A Juliana no le gusta perder exámenes, por eso se pone muy enojada y brava cuando pierde, sobre todo los de química”.

En esta categoría, se puede observar que cuando se les pregunta una manifestación de una emoción característica de su mejor compañero en el salón, existe un reconocimiento real de lo que sus pares hacen, lo que, al interpretar el discurso, se ve como un posicionamiento de grupos de amistad dentro del grupo, ya que sí se evidencia conocimiento de su mejor amigo, pero pocos pudieron manifestar cosas sobre los demás compañeros. También, se puede interpretar que a través de las actividades en grupo, los estudiantes pueden observar en sus pares las manifestaciones de sus emociones, generando un mejor entendimiento y mejores relaciones entre ellos. Finalmente, estas palabras, también se pueden interpretar como un llamado hacia los docentes de este grupo, a

	<p>realizar actividades que involucren mayor trabajo en grupo, ya que se nota poco conocimiento de cada estudiante hacia sus compañeros.</p>
<p>CONTROL DE LAS EMOCIONES</p>	<p>Como se puede ver en esta categoría, los estudiantes coinciden en que una de las formas que utilizan para controlar la ira, es la respiración. Se nota que aunque es difícil para ellos controlar esa emoción, tienen claro que la ira se debe controlar para no hacerse daño ni hacer daño a los demás. De este modo, esta categoría, se puede interpretar desde el punto de vista general, es decir, si se sabe controlar la ira respirando, pues también ellos tienen herramientas para controlar las demás emociones, teniendo en cuenta que ello es efectivo.</p> <p>VE1: “Para controlar mi ira yo a veces respiro, me encierro en la pieza y no hablo con nadie hasta que se me pase”.</p> <p>VE7: “Yo pues para mí es muy duro controlar la ira porque si me entiende por ejemplo mi mamá es igual de malgeniada que yo y yo quiero acabar con todo cuando me da rabia pero mi mamá siempre dice que respire y eso a veces funciona”.</p> <p>A través de estas expresiones se puede interpretar también, que falta que los docentes brinden más estrategias para regular y controlar las emociones, tanto en el contexto escolar como fuera de él, ya que la mayoría pensó en la respiración como acción para regularse, pero existen muchas otras formas de hacerlo.</p>

RELACIONES CON LOS DEMÁS

VE13 “Usted es una persona muy alegre, me gusta su actitud y así como a usted no le importa lo que diga la gente, me trae mucha alegría y antes teníamos problemas pero todo eso se solucionó”

VE9 “Ella me causa alegría porque cuando no estoy muy bien de ánimo me jode como la jodo yo a ella para estar bien las dos, porque a veces es maluco que ella este feliz y yo no, entonces trata de alegrarme siempre y en las malas también siempre estamos....”

Como se puede observar en estas expresiones, los estudiantes tienen la capacidad de reconocer en sus compañeros las cualidades, por lo cual se evidencia que la escuela es ese espacio vital para mejorar las relaciones con los demás, puesto que, aunque muchas ocasiones sean pocos los espacios para interactuar con los compañeros, se evidencia que cada uno hace una lectura clara de su par, solo que en ocasiones no se valoran y se respetan como deberían. También, se evidencia que en muchas ocasiones un compañero de clase, puede ser el consejero más cercano de un joven, por lo cual, es importante resaltar que se debe seguir fortaleciendo esta categoría en ellos.

Las relaciones con los demás son un tema muy difícil para la mayoría de seres humanos, y la escuela no es un caso aislado; por ende, es importante reconocer que tener esa capacidad de conocer, reconocer y relacionarse con las personas del entorno, permite establecer una sana convivencia, en armonía y paz.

4.2 Análisis de segundo nivel

Para el análisis de segundo nivel se empieza comparando las categorías iniciales para poder encontrar relaciones entre ellas que permitan agruparlas en unas categorías más abstractas.

También, tal como lo especifican Hernández, Fernández y Baptista, (2014, p. 434) se revisa cada una de las categorías de primer nivel, para verificar si se captó realmente el significado que buscaban transmitir los estudiantes o el que se esperaba encontrar en los datos, también, se reflexiona sobre si se incluyeron las categorías necesarias, se revisaron las reglas para establecer las categorías emergentes y así poder establecer las relaciones entre ellas y reducir la información obtenida previamente. El análisis de segundo nivel, posibilita, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la interpretación de los datos, el desarrollo de los temas y patrones y la codificación selectiva para la generación de hipótesis, explicaciones, teorías y narrativas, (pp. 395). Es así, como se presenta la figura 3, en la que se plantean las relaciones que se encontraron entre las categorías. Allí, están ubicadas como categorías principales las manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales y la convivencia. A partir de esa categoría, subyace una nueva la cual se identifica como intra-personal, la cual hace referencia a la capacidad que tienen los estudiantes para identificar y reconocer sus emociones, lo cual se refleja en una mayor conciencia y un control de sus emociones. La segunda categoría que subyace, hace referencia a lo inter-personal, en la cual los estudiantes reconocen e identifican lo que los demás sienten y cómo lo manifiestan y, finalmente, una última categoría que hace referencia a esa inter-relación que existe entre las manifestaciones emocionales desde lo inter e intra-personal, lo que genera puede o no generar un ambiente positivo en el aula, que facilita la convivencia y las relaciones con los demás.

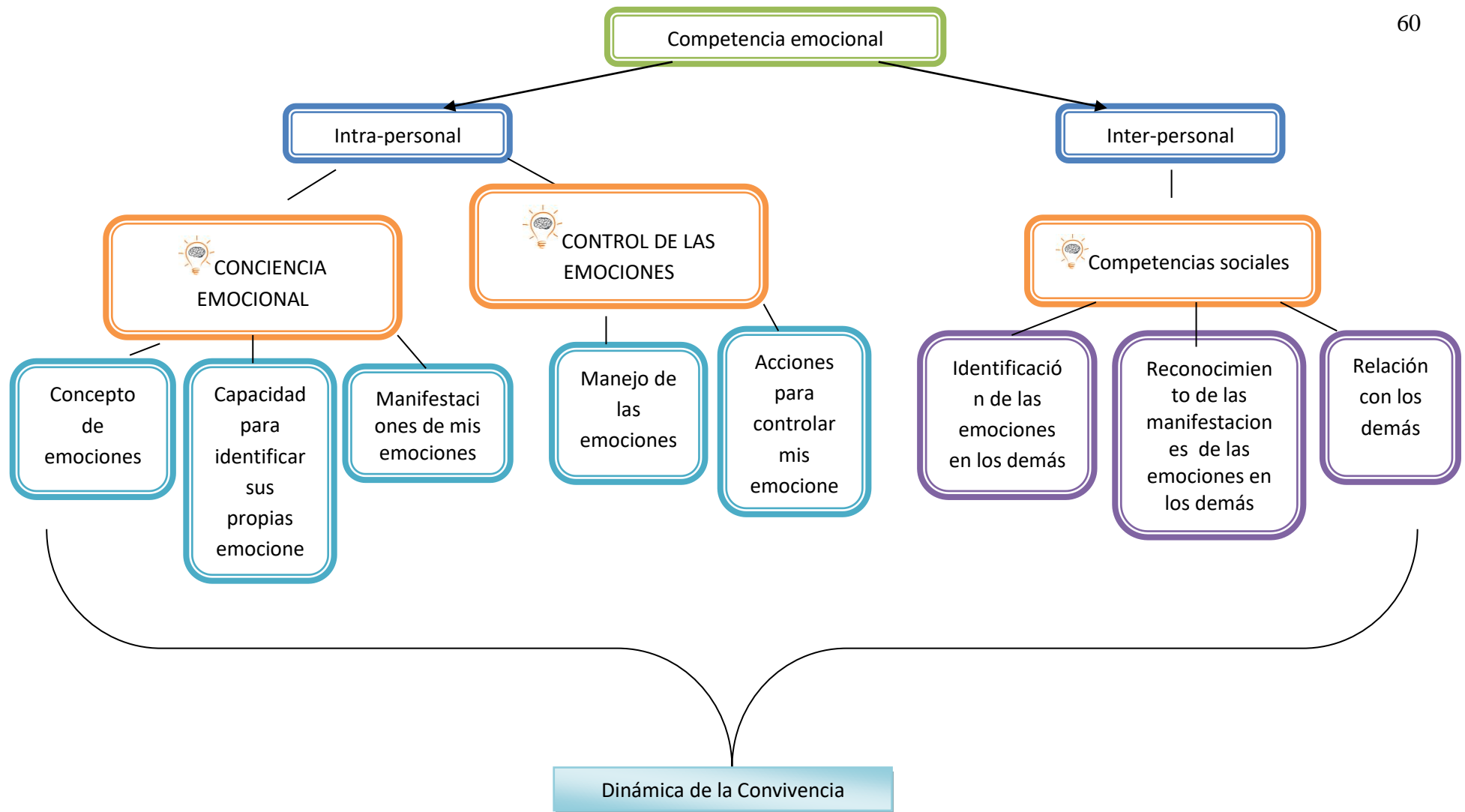


Figura 1. Categorías de segundo nivel

Fuente: Elaboración propia

Competencias Emocionales

En primer lugar, se habla de las competencias emocionales, entendidas como la capacidad que tienen los seres humanos para comprender sus propias emociones y saber manejarlas; también, el acto de mantener buenas relaciones con las demás personas de su entorno, es decir, dominar esas competencias emocionales, tales como la capacidad para comunicarse de manera efectiva, respetar al otro y tener una actitud pro-social, entre otras. Las competencias emocionales determinan esa habilidad para que las personas interactúen con los demás de manera constructiva, edificante, no sin antes resaltar que primero debe hacer un reconocimiento de las emociones propias para así poder contribuir en el entorno. Es así, como Bisquerra y Pérez (2007) en su investigación “Competencias emocionales” dicen que la competencias emocionales suceden cuando se reconocen los cambios que tiene una sociedad y ésta requiere de armarse de nuevas formas de producir, comunicarse, capacidad para resolver problemas ante el conflicto, adaptación al cambio, manejo de la incertidumbre entre otras; por lo cual, la educación emocional es la vía más efectiva para adquirir todas estas capacidades y afrontar los nuevos desafíos de la humanidad.

En ese orden de ideas, a continuación se presentan las sub-categorías que se desprenden de las competencias emocionales, las cuales son “intra-personal” e “inter-personal”. De la categoría intra-personal, se desprenden: la conciencia emocional, de la cual agrupa las categorías iniciales del concepto de emociones, la capacidad para identificar sus propias emociones y las manifestaciones de mis emociones. De la categoría control de las emociones, subyacen la capacidad para el manejo de mis emociones y las acciones para controlar mis emociones.

De la categoría inter-personal, nacen las competencias sociales, de la cual se integra las subcategorías de identificación de las emociones en los demás, el reconocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás y la relación con los demás.

4.2.1 Intra-personal

Como se dijo anteriormente, de las competencias emocionales se desprende lo intra-personal. Cuando se habla de lo intra-personal, desde una perspectiva social, es esa habilidad o competencia que tiene el ser humano para conocer sus emociones y cómo se manifiestan en él, reconocerse y poder potenciar sus habilidades para aportarle a la sociedad. Es así, como este aspecto es muy relevante para esta investigación, ya que fortaleciendo lo anterior en los estudiantes, se pueden fortalecer las competencias ciudadanas emocionales; generando un entendimiento de sí mismo y pudiendo utilizar lo mejor de sí, para vivir la vida con felicidad y en armonía consigo mismo. A continuación, se presentan las sub-categorías que subyacen del aspecto intra-personal.

4.2.1.1 La Conciencia emocional

En primer lugar, aparece la conciencia emocional, cuando se habla de ella, se refiere a poder percibir sus propias emociones, tomar conciencia de ellas, es decir, tratar de comprender, a través de sus propias experiencias, la diversidad de emociones que se presentan en el ser humano y tomar conciencia de cómo experimenta las mismas; lo que le ayuda a entender por ejemplo, cómo se puede perder el control al experimentar ciertas emociones y que, esto puede tener consecuencias negativas para sí mismo. La conciencia emocional, ayuda a guiar la toma de decisiones y a no guiarnos por emociones incontroladas. Para Bisquerra (2007) la conciencia

emocional es la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones y también las de los demás, lo que incluye poder hacer un diagnóstico del clima emocional de un contexto determinado.

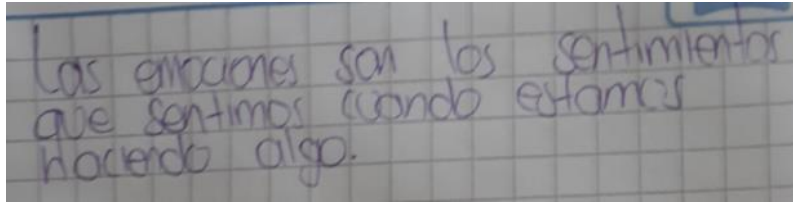
Es así, como al fortalecer la conciencia emocional, se empieza por tomar conciencia de las propias emociones, dar nombre a las mismas, comprender las emociones de los demás y tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento. De esta manera, se puede empezar a desarrollar pensamiento social, puesto que ya el estudiante empieza a ser más consciente de que cada una de sus emociones tiene una reacción o manifestación y que, así como él las tiene, todos los seres humanos también, por lo cual, empieza a formarse como un ciudadano que tiene la capacidad para entender, comprender y aceptar sus emociones lo que lo capacita y prepara para comprender y aceptar las emociones de los demás. De lo anterior, emergen las sub-categorías concepto de emociones e identificación de las emociones y sus manifestaciones en sí mismo, a continuación, se profundiza en ellas.

4.2.1.1.1 Concepto de emociones

Como se establece anteriormente, el concepto de emociones, es una sub-categoría importante en este estudio, puesto que a partir de él, se identifican muchos elementos importantes para el análisis. Para Bisquerra (2007), la emoción es un estado muy complejo del organismo, el cual, se caracteriza por una excitación o perturbación que siempre predispone una respuesta organizada; éstas, se generan por un evento externo o interno.

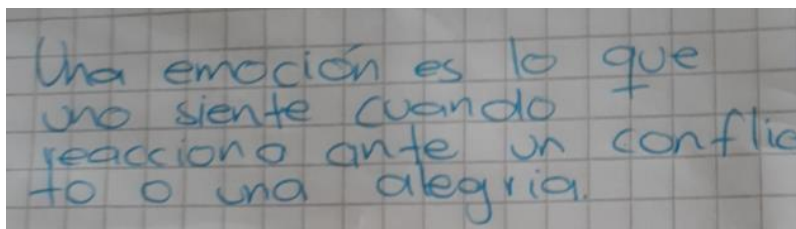
Es así, como en esta categoría, se pudo identificar que al iniciar con el estudio, los estudiantes poseían un concepto no tan alejado de la realidad, de lo que era una emoción, sin embargo, se

hacía necesario profundizar en él e interiorizarlo. El P.E E11 por su parte dijo “*Las emociones son los sentimientos que sentimos cuando estamos haciendo algo*”.



Las emociones son los sentimientos
que sentimos cuando estamos
haciendo algo.

El P.E E18 dice “*Una emoción es lo que uno siente cuando reacciona ante un conflicto o una alegría*”.



Una emoción es lo que
uno siente cuando
reacciona ante un conflic
to o una alegría.

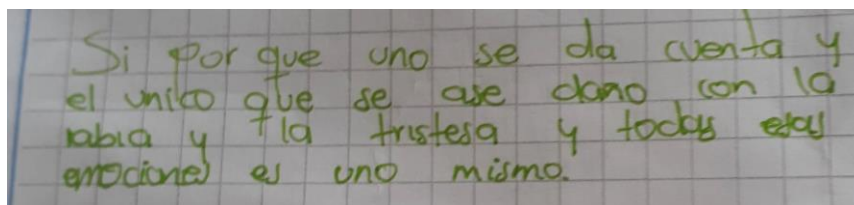
La mayoría de estudiantes opinaron que la emoción es un sentimiento y aunque al principio la asociaban principalmente con situaciones de conflicto, después pudieron darse cuenta de que también se daban a partir de situaciones positivas. Al comprender este concepto, se pudo iniciar con la identificación de las emociones y sus manifestaciones en ellos mismos, lo cual facilitó el emerger esta segunda sub-categoría.

4.2.1.1.2 Identificación de las emociones y sus manifestaciones en sí mismo

En esta sub-categoría, se observó como los estudiantes empezaron a identificar sus emociones, lo cual es importante para su bienestar emocional y felicidad. También, sabiendo que sólo al hacer un reconocimiento de las mismas, saber controlarlas y poder solucionar esa situación que las desencadenaba, lograban comparar y diferenciar las características de cada una de ellas.

Es así, como el estudiante VE11 dijo, *“Yo sé que yo me enoja mucho cuando no me salen las cosas bien, pero...”*

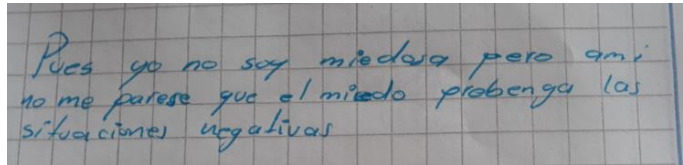
La estudiante P.E E5 escribió:



Cabe aclarar que el identificar las propias emociones, genera que la persona tome más conciencia de ellas y que a su vez identifique las diversas formas de sus manifestaciones. Todo lo anterior, facilita el desarrollo de una mayor conciencia de los pensamientos y las acciones, lo que permitirá reconocer las consecuencias de la no regulación de las emociones.

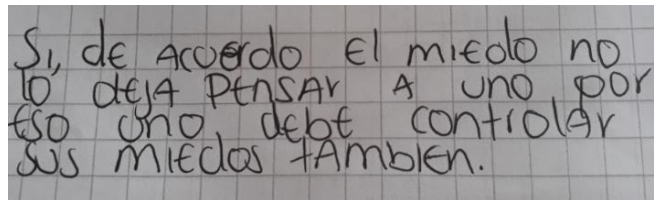
También, se observa como los estudiantes han empezado a reconocer cómo se manifiestan en ellos cada una de sus emociones, lo que generó un despertar a ese reconocimiento o consciencia de la importancia de tener claras unas estrategias de auto-control, que les permitieran ser asertivos. A la afirmación *“El miedo nos ayuda a prevenir situaciones negativas”*, la estudiante

P.E E7 respondió así: *“pues yo no soy miedosa pero a mí no me parece que el miedo prevenga las situaciones negativas, antes uno cuando tiene miedo se le olvida todo y no actúa bien”*.



Pues yo no soy miedosa pero a mí no me parece que el miedo prevenga las situaciones negativas

El P.E E11 dice *“si, de acuerdo el miedo no lo deja pensar a uno, por eso uno debe controlar sus miedos también”*.



Si, de acuerdo el miedo no lo deja pensar a uno por eso uno debe controlar sus miedos también.

Lo anterior, es un reflejo de que los estudiantes sienten que algunos estados del ser humano, tales como el miedo, no permiten que la persona pueda actuar correctamente, generando así, una incapacidad para resolver situaciones de conflicto o tomar decisiones adecuadas.

Todo lo anterior, permite evidenciar la importancia de la conciencia emocional, ya que ésta facilita a los estudiantes construir y desarrollar actitudes de buenos ciudadanos, que aporten al pensamiento social, a través del cual se logran reconocer las propias emociones y las manifestaciones de las mismas en otras personas, junto con su situación, contexto y su impacto en los demás; a la vez que los lleva a reconocer cómo cada persona tiene unas emociones y cómo reaccionan ante ellas, lo que le ayuda a entenderse como un ser influyente en la sociedad y a

empezar a pensar en cómo seguir formándose como ciudadano, para así, poder hacer parte de las exigencias del mundo en cuanto a saber convivir se refiere.

4.2.1.2 Control de las emociones

Otra sub-categoría que nace de lo intra-personal, es el control de las emociones. Cuando se habla de control de las emociones, es poder actuar y regular cada una de las situaciones que generan dichas emociones. Al tener las emociones una base fisiológica es imposible no sentir las, por lo cual, el control de las mismas, es la solución para poder llegar a ese equilibrio mental, físico y corporal. En ese orden de ideas, enseñarles a los estudiantes a controlar sus emociones, contribuye de enorme manera, a identificar lo que las personas de su entorno piensan y sienten en determinadas situaciones y ayudándolo a entenderse y a entender lo que sucede y cómo lo puede enfrentar de una manera sana para sí mismo y para su entorno. Por ello, al enseñarle al estudiante a controlar las emociones, se está contribuyendo a formar un ciudadano más crítico, analítico y proactivo en la sociedad. Así, nacen también las sub-categorías manejo de las emociones y acciones para controlar mis emociones, como se muestra a continuación.

4.2.1.2.1 Manejo de las emociones

En esta sub-categoría, se trae a colación, la lectura “Cambios en la adversidad”, en la cual se presenta la situación de una niña que por su fuerte carácter y su falta de autocontrol, no ha podido lograr sus sueños. A la pregunta qué tipo de reacción asumirían si estuvieran en el caso de Yesica (la protagonista de la historia), los estudiantes respondieron así: VE11 *“yo de Yesica cambiaba, porque pille que todo eso le está afectando para su futuro como futbolista”*. VE3 *“Si yo creo que Yesica debería cambiar esa forma de actuar porque a sus compañeros no les gusta y*

eso la pone muy aburrida”. VE5 *“si yo fuera Yesica hablaría con alguien para que me ayude a controlar la ira y la rabia y pues así poder cambiar y ser profesional”*.

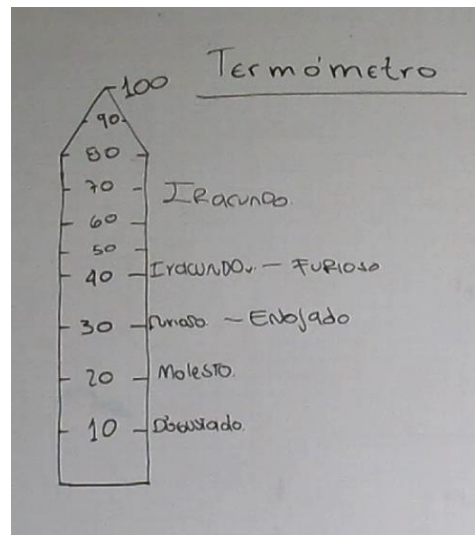
Cuando se traen a colación situaciones de la vida real de los estudiantes, del contexto y de su diario vivir; ellos empiezan a expresar casos en los que el poco manejo de sus emociones, les ha jugado en contra, lo que ha ocasionado un conflicto en sus vidas que pudo ser evitado si hubiesen conocido la forma de auto controlarse y regular sus propias emociones.

En las anteriores expresiones, se da cuenta de que los estudiantes definitivamente identifican en Yesica unas falencias en su comportamiento y por supuesto que éstas, le afectan su vida y no le ayudan a lograr sus metas; también, se resalta la narrativa del estudiante E5 quien dice que buscaría ayuda para poder aprender a controlarse, esto es importante en la medida en que el estudiante sabe y reflexiona sobre la importancia de buscar ayuda si definitivamente la persona no puede auto-controlarse, sin embargo, el conocimiento de estrategias de regulación emocional , deben ser una base fundamental para mejorar las competencias ciudadanas emocionales, ya que el ser humano en su esencia, tiene todas las habilidades para cambiar y replantear situaciones que él sabe, le están afectando y no lo dejan ser feliz. Y entre más temprano en la vida se aprendan estas estrategias será mejor como lo expresa el VE3 quien dice *“yo para controlarme solo respiro y respiro hasta que me calmo, es lo único que me sirve”*. Por lo tanto es relevante regular las emociones puesto que si no se hace, esto impide que tanto las personas como la sociedad avancen hacia una comprensión y entendimiento de sí mismos y por ende, poder aportar a una sociedad más pacífica.

En esta categoría se nota cómo los estudiantes saben y reconocen que el no manejar sus emociones, genera situaciones aún de más angustia, conflicto y negativismo; lo que no

contribuye ni a formar ciudadanía ni a desarrollar ese pensamiento social que pide a gritos el mundo entero.

Véase ahora, este ejemplo: al solicitarles a los estudiantes que realicen el termómetro de sus emociones, el cual se enumeró de 10 a 100, ubicando en 10 las emociones que generan poca rabia y en 100 las que generan mucha, se pudo ver que la mayoría coincidía en cuanto a que la rabia es uno de los mayores detonantes de signos y manifestaciones en sí mismos. Allí, el investigador resalta la importancia de reconocer en ellos mismos, cuales son las emociones que más les afectan y cuáles son las que no les afectan tanto. Se trabajó en grupo y el trabajo concluyó así:



A partir de ese termómetro, se llegó a conclusiones importantes tales como que muchas veces, al no reconocer cuáles son las emociones que más les afecta, no se sabe tampoco cómo actuar ante ellas o que si se supieran manejar esas emociones, todo sería mejor. El VE4 dice *“muchas veces uno cree que algo es muy grave y si me entiende, uno se enfrasca ahí como si se fuera a acabar el mundo pero después se da de cuenta que eso no era nada y que uno lo debe saber*

controlar”. VE1 *“sí, es importante reconocer las emociones más fuertes y para poder saber manejarlas”*.

VE6 *“pues que si uno supiera las cosas que le generan más rabia se alejaría de ellas o haría algo para manejarlas”*. Esta última narrativa es en sí misma, un grito de ayuda que los estudiantes explicitan, al reconocer la importancia de saber manejar sus emociones, de tal forma que no ocasionen conflicto en su propio ser.

A partir de las anteriores palabras, se puede reconocer cómo los estudiantes saben que a veces actúan desmesuradamente frente a situaciones que algunas veces no tienen mayor importancia y que por ello, es importante reconocerlas y saberlas manejar. Es así, como se resaltó a los estudiantes que tener la habilidad para identificar las emociones y sus emociones en los demás, requiere principalmente que el ser humano identifique y comprenda sus estados de ánimo, reconocer el porqué se está triste, aburrido, enojado, preocupado y actuar sobre las causas y no sobre los síntomas.

4.2.1.2.2 Acciones para controlar mis emociones

En esta sub-categoría, las estrategias de regulación de las emociones se volvieron una herramienta importante para los estudiantes, puesto que esto permitió enfrentar las situaciones que se les presentan a diario, disminuyendo las afectaciones que éstas puedan causar en la convivencia con los demás. Se presentan las palabras de la estudiante E5, quien dice *“Cuando yo me enojo prefiero irme del lugar, calmarme y volver”*. El estudiante E18 dice *“cuando yo me pongo bravo yo me voy para mi pieza y respiro muchas veces”*. En este orden de ideas, las situaciones de conflicto de los estudiantes, se convierten en momentos indispensables para su evolución en cuanto a competencias emocionales se refiere, puesto que les dan la oportunidad de

fortalecer sus emociones, sus manifestaciones y saber controlarlas de la manera adecuada, según el conocimiento de sí mismo.

En conclusión, reconocer que encontrar la estrategia más adecuada para controlar las emociones, depende de cada individuo, de su propio conocimiento, entender que cada origen de emociones tiene una causa y que conociéndola será la única forma de evitar que las emociones los controlen.

A continuación, se presenta la segunda categoría, la cual habla de lo inter-personal, de ella, nace la sub-categoría competencias sociales y de la misma, salen la identificación de las emociones en los demás, el reconocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás y las relaciones con los demás, a continuación, se amplían cada una de ellas.

4.2.2 Inter-personal

Para el análisis de este estudio, fue muy importante no solo el aspecto intra-personal, sino el inter-personal, puesto que es a través de él que llegamos a tener relaciones pacíficas y armoniosas en comunidad. Cuando se habla del aspecto interpersonal, se refiere a esa habilidad para comunicarnos, relacionarnos y vincularnos con otras personas, permite a los seres humanos entablar relaciones con otras personas y desarrollar elementos necesarios para conocerlas, entenderlas y aceptarlas. Es por ello, que para la construcción de ciudadanía, es indispensable que todas las personas desarrollemos habilidades sociales, las cuales son de vital importancia para convivir en armonía con el entorno y, parte de ello también es el desarrollo del pensamiento social, a través del cual somos más conscientes de nuestros actos, de nuestro actuar y de cómo todo lo que hacemos afecta todo el entorno y a las personas a nuestro alrededor. De esta categoría, se desprende la sub-categoría, competencias sociales.

4.2.2.1 Competencias sociales

Las competencias sociales se refieren al hecho de mantener buenas relaciones con los demás y tener unas buenas habilidades sociales; éstas permiten que los seres humanos comprendan que cada individuo tiene un mundo diferente, un pensamiento, acciones, reacciones y expresiones diferentes y que al comprender las individualidades y respetarlas, se puede llegar a ser competente a nivel social. Algunas de las habilidades observadas fueron tales como la de escuchar, el respeto por el otro, la buena comunicación y la prevención y solución de los conflictos de manera pacífica. Ejemplo, el de VE8, quien mencionó lo siguiente: *“Siento que el salón cambió mucho porque ya sabemos lo que nos disgusta y lo que nos gusta, entonces mejoraron las amistades”*. El VE1 dijo *“yo creo que ya nos escuchamos más y respetamos la opinión de los compañeros, eso me gustó mucho...”*. A continuación, se presenta la sub-categoría identificación de las emociones en los demás, la cual se desprende de las competencias sociales.

4.2.2.2.1 Identificación de las emociones en los demás

Con referencia a la identificación de las emociones en los otros, se pudo ver que fue mucho más difícil reconocer las emociones y sus manifestaciones en cada uno de ellos que en los demás. El estudiante VE4 dice *“una de las emociones que se ven aquí mucho es la alegría porque nosotros hablamos, jugamos fútbol, charlamos y si me entiende, eso es como lo que a uno le gusta de venir al colegio”*. VE11, *“acá en el grupo hay muchas cosas buenas, uno es alegre, feliz y pues uno se ríe mucho y se siente bacano”*. VE5 *“Por ejemplo a E20, le da mucha alegría cuando hacemos las fiestas de los cumpleaños en el salón porque como ella es la que decora”*. En estas frases, se observa cómo, aunque no todos han sido “amigos” sino tal vez

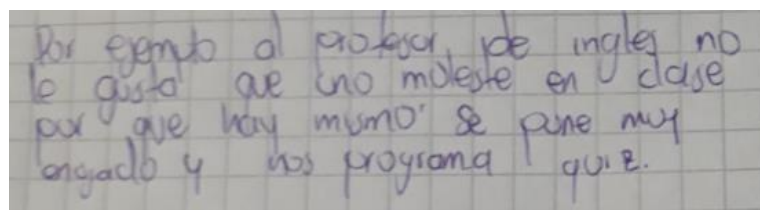
solo compañeros de clase, existe un conocimiento importante de las emociones del otro; evidenciando lo anteriormente dicho.

También, se puede observar el reconocimiento de los estudiantes hacia esas emociones positivas que se viven en el grupo; a través de la observación de diferentes actividades, se pudo notar una reflexión importante de lo que ellos destacan de su paso por el colegio, generando así, conexiones entre compañeros, empatía y una adecuada convivencia. Es así, como se llega también a la categoría reconocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás, la cual también fue base fundamental para el análisis de esta investigación.

4.2.2.1.2 Reconocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás.

Al reconocer las manifestaciones de las emociones en los demás, también se está desarrollando pensamiento social; ese pensamiento que me ayuda a reconocer que no estoy solo en el mundo, que las demás personas también tienen sus problemas, sus emociones y sus manifestaciones; lo que me ayudará a ser más cuidadoso de mi accionar con los demás, a ponerme en su lugar o sea a ser empáticos. Ejemplo de ello, fue lo que el estudiante VE11 dijo *“Por ejemplo yo a XXX no lo molesto porque yo sé que él cuando se pone bravo empieza a pegarle a uno”*.

P.E E1 dijo *“Por ejemplo al profesor de inglés no le gusta que uno moleste en la clase, porque ahí mismo se pone muy enojado y nos programa quiz”*.



Por ejemplo al profesor de ingles no le gusta que uno moleste en la clase por que hay mucho se pone muy enojado y nos programa quiz.

VE18 dijo *“A XXX por ejemplo le encanta que le regalen chokolatinas, a ella le gustan mucho y yo la veo que se pone muy feliz cuando uno le da chokolatinas”*.

En esta sub-categoría, se observa que existe un buen conocimiento de las manifestaciones de las emociones en los demás, en el grado octavo; los estudiantes lograron reconocer que conocer cómo reaccionan sus compañeros ante cualquier situación, reducía el riesgo de problemas o situaciones de conflicto. Al compartir con otros en un mismo contexto, se generan emociones profundas, las cuales no siempre facilitan la convivencia; sin embargo, el reconocer las manifestaciones de las emociones en los demás, se genera una conciencia de que la estructura o la naturaleza de todas las relaciones, parten de una reciprocidad, a partir de la cual, lo que se recibe, se da. Es importante también resaltar que educar en competencias ciudadanas emocionales, implica reconocer en el otro, su lenguaje no verbal, expresiones faciales, gestos, postura corporal, tono de voz y muchos aspectos más que dan información valiosa para reconocer el estado de las emociones en los otros, lo que facilita la comunicación y facilita la empatía y las competencias emocionales necesarias para enfrentar la vida y generar espacios para una convivencia más armónica. Finalmente, se obtiene la sub-categoría relación con los demás, la cual también se desliga de las competencias sociales y lo interpersonal.

4.2.2.1.3 Relación con los demás.

Aprender a relacionarse con los demás, es un proceso que se observa fácilmente en la escuela y puede durar toda la vida, ya que desarrollar esas competencias para mejorar y descubrir en el otro ese componente vital para el desarrollo propio. Es así, como se observa que en este grupo muestra, mantener una buena relación con los demás, a veces no es importante, ya que se nota

que se han formado círculos de amistad pequeños, los cuales se acercan por sus afinidades, desconociendo lo positivo que otros les puedan aportar.

Es así, como se analizan las palabras del estudiante VE4 quien dice, *“todos mis hermanos nos insultamos pero eso no quiere decir que no nos queramos, sino que yo reacciono a veces así”*.

VE1 *“yo nunca los insulto a ellos pero ellos a mí sí, por eso siempre salimos es peleando”*.

En estas palabras, se logra observar que la mayoría de estudiantes tienen una buena relación con los demás, lo que permite reconocer en ellos, las cualidades y las cosas positivas, aspecto importante para el fortalecimiento de las competencias ciudadanas emocionales, puesto que al tener la habilidad para reconocer en el otro cómo se manifiestan sus emociones, se pueden evitar muchas situaciones de conflicto que entorpecen la convivencia escolar. También, se observa lo que se planteó en el problema de la investigación, la mayoría de estos estudiantes tienen un entorno social y familiar muy disfuncional, lo que implica padres separados, con problemas de drogadicción, maltrato intrafamiliar entre otros, lo que muchas veces actúa como ejemplo para ellos, generándose la necesidad de plantearles estrategias de regulación que permitan fortalecer sus relaciones inter-personales.

Lo anteriormente expuesto en el análisis de segundo nivel, estuvo ligado a poder vivir en una sana convivencia y a apuntar al desarrollo personal y social, a la importancia de formar ciudadanos que sepan relacionarse de una manera asertiva en su entorno, quienes serán los futuros profesionales, líderes, dirigentes, padres, madres, etc., a desarrollar el pensamiento social en los estudiantes que faciliten el aprender a entender a los otros a ser empático buscando transformar las formas de relacionarse con los otros. De esta manera, el pensamiento social y la ciudadanía, aporta a las finalidades de las ciencias sociales, las cuales son, entre otras: ayudar a comprender la realidad local, nacional e internacional para transformar la sociedad, formar

hombres y mujeres que participen activamente en su sociedad con una conciencia crítica, solidaria, respetuosa de la diferencia, propiciar que las personas conozcan sus derechos y sus deberes, que los ciudadanos se construyan como sujetos en y para la vida y ayudar a que los colombianos respondan a las exigencias que plantea la educación, el conocimiento, la ciencia, la tecnología y el mundo laboral.

También, se destacó allí la relevancia que tiene la enseñanza de las ciencias sociales, ya que todo gira en torno al ser social, esa esencia que todo ser humano debe tener para convivir pacíficamente con su entorno, ese aprender a convivir juntos y a relacionarse armónicamente con los demás; sin dejar de ser una persona crítica, analítica y constructor de una sociedad igualitaria, equitativa, tolerante y en paz.

4.3 Análisis de la práctica docente

A partir de la propuesta de investigación y de la autoevaluación del investigador, se pudo establecer que las estrategias pedagógicas utilizadas para el propósito de este estudio dan muestra de la inclusión de las competencias ciudadanas emocionales y la relación que las mismas, tienen con la convivencia escolar. El trabajo en el pequeño grupo, gran grupo y el trabajo individual, fueron fundamentales para brindar espacios de interacción en los estudiantes, de manera tal que se vieran expuestas sus emociones y se evaluaran sus manifestaciones. Todas estas actividades propiciaron un ambiente de entendimiento entre compañeros y fortalecieron las relaciones interpersonales, puesto que se planearon teniendo en cuenta la edad y el contexto de los estudiantes.

Uno de los factores más importantes para evaluar la práctica docente fue la planeación y ejecución de la unidad didáctica. Planear actividades que apuntaran directamente a conocer las manifestaciones de las competencias ciudadanas emocionales fue uno de los más grandes retos. Por otro lado, la ejecución de las actividades y la evaluación de las mismas fue un componente que evidenció claramente las prácticas del investigador, siempre atendiendo a la premisa del MEN (2004) en los Estándares Básicos de Competencias en Ciencias Sociales en donde da cuenta de la necesidad de formar ciudadanos para una sociedad cada vez más diversa. De esta forma, el análisis de la práctica docente a partir de la ejecución de la unidad didáctica, se evidencia en el alcance que tuvo la investigación, generando que los estudiantes pudieran reflexionar sobre sus propias emociones, las manifestaciones de sus emociones y cómo regularlas y que el docente investigador, reflexionara sobre su que hacer docente, las prácticas pedagógicas utilizadas para guiar a sus estudiantes r como seres humanos, siempre procurando la formación ciudadana y el pensamiento social.

Por otro lado, al analizar el rol del docente, se evidencian falencias importantes en cuanto a la preparación para trabajar las competencias ciudadanas transversalmente. Por esa razón, es importante que el MEN se preocupe por formar a los docentes en este tema, generando espacios de discusión sobre estos temas, de capacitación específicamente sobre la mejor manera de enseñarles a los estudiantes a reconocer sus emociones, a reconocer las manifestaciones de las emociones en sus compañeros y sobre todo a auto-regularse, de esta manera, la convivencia escolar mejoraría y por ende, los índices de riñas, mal entendidos, agresiones serian diferentes.

En este sentido, vale la pena resaltar la importancia del modelo pedagógico aplicado durante la unidad didáctica “socio-constructivismo”. A través de este modelo, se buscó busco que el estudiante construyera el conocimiento, en donde se revalorizó el papel del docente como

mediador y el rol del estudiante como sujeto activo dentro del aula. Con este modelo pedagógico, se pudo enriquecer el aprendizaje de los estudiantes, en tanto pudieron hacer una construcción interior de lo que debería ser un buen ciudadano y de cómo el manejo de sus emociones puede ayudar a mejorar el clima escolar, pudiendo contribuir de alguna manera a la sociedad.

Finalmente, el trabajar para fortalecer el pensamiento social y formar ciudadanos, fue una tarea gratificante pero a la vez difícil, dado que allí jugaron muchos aspectos intrínsecos y extrínsecos del grupo, los cuales el docente debió aprender a sortear, sin dejar a un lado su labor formadora y orientadora. Es así, como en esta investigación, las ciencias sociales se tornaron en un aspecto crucial a tener en cuenta, ya que la enseñanza de esta área, no sólo se puede dar desde la materia como tal sino desde todas las demás áreas, en este caso, educación física; hecho que realmente impactó a toda la comunidad educativa.

5. Discusión

*“El objetivo de la educación es la virtud y el deseo de convertirse en un buen ciudadano”
(Platón)*

Es así, como según los resultados, se encuentra que en efecto, la enseñanza de las ciencias sociales juega un papel vital en la formación ciudadana, componente fundamental para el desarrollo de una sociedad. Por tanto, las premisas del MEN (2004) al especificar que formar para la ciudadanía debía ser una gran responsabilidad, particularmente para la escuela al tener que pensar en los problemas sociales y llevarlos al aula para su discusión enmarcado desde el contexto de cada comunidad; lo que confirma que, tal como se expresa en los Estándares Básicos de Competencias en Ciencias Sociales, que aprender ciencias sociales debe significar aprender a saber y a saber hacer, a convivir y a saber ser personas responsables y comprometidas socialmente.

También, se observa cómo a través de esta investigación se evidenció una premisa de Pagés (2016) en la cual se refiere a una de las finalidades de las ciencias sociales, la cual según él se debe traducir en una enseñanza “libertadora, transformadora, al servicio de la democracia y de la justicia social al servicio de nuevas relaciones internacionales y de la paz”. Es inevitable no reconocer ese impacto tan grande que tuvo la enseñanza de las ciencias sociales en este estudio, permitiendo que los estudiantes se pudieran acercar aún más a esos procesos transformadores de sociedad, en donde las relaciones con otros son la base fundamental para la paz y para el desarrollo del pensamiento social.

Entre tanto, para esta investigación fue de vital importancia el postulado de Santisteban (2009) en donde dice claramente que aprender ciencias sociales implica “aprender a saber, a

saber hacer y aprender a convivir” y este último concepto es el que se pudo evidenciar a través de esta investigación ya que a partir de todas las actividades realizadas en el aula se pudo ver un mayor compromiso social por parte de los estudiantes, entendiéndose como seres críticos, reflexivos, con capacidad para aportar y participar en sus contextos escolares y así mismo contribuyendo al cambio en la sociedad.

Por otro lado, a la luz del concepto de ciudadanía expresado por Giraldo (2015) quien dice que la ciudadanía es una posición o condición que posibilita el acceso a los recursos básicos para el ejercicio de los derechos y deberes en una sociedad. Es por lo anterior, que se retoma el concepto de Chaux, Lleras y Velásquez (2004) en donde afirman que la escuela es uno de los lugares más privilegiados para la formación ciudadana. Es así, como para este estudio, fue de vital importancia reflejar los argumentos de estos autores, al “formar en competencias ciudadanas” puesto que se pusieron en práctica sus cinco pilares para la formación ciudadana y se evidenciaron sesión tras sesión. Uno de los pilares de Chaux, Lleras y Velásquez (2004) que más se pudo trabajar fue el de integrar la formación ciudadana de manera transversal con otras áreas, puesto que a través del área de educación física, se pudo confirmar que formar ciudadanos no solo es una tarea del área de ciencias sociales, sino de todos los docentes en general, su interdisciplinariedad, le permite ejecutarse desde y para diferentes contextos escolares. Igualmente, los estudiantes pudieron ser conscientes de cómo podían ellos impactar a una comunidad con sus acciones y que, por ende, ser ciudadanos competentes a nivel emocional, les ayudaría a mejorar sus relaciones inter-personales y a crecer como seres humanos, miembros activos del país.

También, es importante mencionar que en esta investigación se pudo trabajar y evidenciar el postulado de la ley 115 de 1994 en su ARTÍCULO 1o. Objeto de la ley.” La educación es un

proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes”. Al observar los diferentes aspectos que se dieron en el aula sesión tras sesión, se puede decir que es muy importante que los docentes de Colombia reflexionen e interioricen las intenciones de la Ley General de Educación, siendo esta el fundamento de toda acción en la escuela; por ende, reconocer, conocer y encaminar las prácticas pedagógicas desde la mirada del estado, es otro elemento que no se puede dejar de lado y aquí, no solo se habla de esta ley, sino de documentos tan importantes como los lineamientos curriculares, los cuales guían, orientan y ayudan al docente a permear en la formación de los estudiantes.

Por otro lado, y teniendo en cuenta la proposición de Bericat (2012) al decir que la definición de emociones es muy compleja, pero, que sin embargo comprender la naturaleza de las mismas es parte fundamental para el desarrollo de una sociedad mejor; se puede decir que a través de este estudio se pudieron ver procesos de reconocimiento de las emociones tanto en cada uno de los estudiantes como en sus compañeros y, todo ello, fortaleció las relaciones interpersonales en el grupo. Reconocer la importancia que tienen las emociones y sobre todo, saberlas regular, permitió que los estudiantes se adentraran en un mundo que no conocían, que no habían explorado en forma consciente, clara y directamente. Identificar que las emociones interfieren en aspectos fisiológicos, neurológicos y cognitivos del ser, también les ayudó a darse cuenta del impacto que tiene la NO regulación de sus emociones, no solo en ellos sino en las personas de su entorno.

Similarmente, los argumentos de Bisquerra (2000:20) al decir que la emoción “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción”, también se vieron reflejados en este estudio. Al ver cómo reaccionaban los estudiantes

ante una emoción positiva o negativa, ellos mismos pudieron reflexionar sobre los errores que cometían en determinados momentos, con ellos mismos y con las personas de su alrededor, determinar que la ira, la rabia, el desespero, la alegría, la tristeza, entre otras, pueden llevar a tomar buenas o malas decisiones, pudieron darse cuenta de la importancia de la educación emocional.

Es así, como se vio que a través de la interiorización del término “emoción”, los estudiantes empezaron a ser más conscientes emocionalmente, aspecto muy importante ya que se empezaron a cambiar las visiones que tenían tanto de ellos mismos como de sus compañeros; lo que resulta beneficioso no solo para el contexto escolar sino para otros ámbitos. Es allí, donde se rescatan las palabras de Jares (2006) en donde define la convivencia escolar como “el aprender a vivir y a relacionarse con las demás personas a través de una comunicación permanente fundamentada en el afecto, el respeto y la tolerancia que permita convivir y compartir en armonía con los demás en diferentes situaciones de la vida” (p. 24) ya que a partir de ese despertar de la conciencia emocional, los estudiantes comenzaron de manera natural a cambiar sus acciones, sus pensamientos, a ser más conscientes de cómo lo que hacían no solo los afectaba a ellos sino a los demás; permitiendo mejorar la convivencia escolar y creando un ambiente más armónico en el aula lo cual es en últimas un aspecto fundamental para la vida diaria y seguramente incidirá en el comportamiento de estos ciudadanos a futuro.

Es por lo anterior, que este estudio evidencia la importancia de la educación emocional, la importancia de formular estrategias pedagógicas que apunten a la formación ciudadana, desarrollar las competencias ciudadanas emocionales en el estudiantado, seguramente contribuirá a mejorar el futuro de la sociedad. Tal como lo dijo Fernández (2007):

Al reconocer los cambios ocurridos en la sociedad y en el conocimiento, se requiere nuevas formas de producir, comunicarse, mayores capacidades de resolución de problemas ante la diversidad, de adaptación al cambio y manejo de la incertidumbre, en que la adquisición de conocimientos y competencias debe estar acompañada de la educación del carácter, de la apertura a la diversidad y de la responsabilidad social, por este motivo tanto el currículo como el quehacer pedagógico requiere de nuevos desafíos. (p. 23).

Uno de los propósitos fundamentales de la educación emocional, es formar en competencias emocionales, aspecto fundamental para el desarrollo de este proyecto, puesto que ser competente en algo, es esa capacidad que tiene alguien para movilizar y encaminar un conjunto determinado de conocimientos, capacidades, habilidades o actitudes; razón por la cual, se deben empezar a enseñar y a desarrollar desde edades tempranas. Los estudiantes de grado octavo, quienes fueron el objeto de estudio, demostraron que a través de la educación emocional, se puede lograr ser competente a nivel emocional y que, aunque no solo la escuela es la encargada de enseñar, ésta, es un lugar privilegiado para hacerlo, utilizando la didáctica y sobre todo, la interacción con los pares del entorno.

Por ende, es deber de la educación y de todos los entes implicados en la misma (padres de familia, estudiantes, directivos, docentes, gobernantes) educar para aceptar la pluralidad y diversidad, para ser competente ante la adversidad, ante los cambios del mundo social, por eso, la pedagogía y la didáctica en ciencias sociales, deben ser parte de un proceso que, lleva tiempo, pero que a su vez trae consigo frutos que se verán reflejados en las generaciones presentes y futuras. Minimizar los vacíos en la formación de la ciudadanía, debe ser uno de los grandes retos de la educación actual, contribuir a formar ciudadanos de bien y por ende, aportando a la

gestación de nuevas formas de vida social mediadas por el valor de la vida en todas sus formas y el reconocimiento de los derechos.

Por otra parte, otro concepto fundamental que se evidenció en esta investigación, fue la importancia de la práctica reflexiva, ese momento en el que no solo el docente reflexiona sobre su que hacer en el aula, sino en el que los estudiantes dan una mirada crítica a sus acciones diarias y a eso que tanto les afecta emocionalmente. Tal como lo dijo Zabala (2008),

Comprender lo que sucede en el aula, los fenómenos que en ella se presentan a diario y cómo los estudiantes actúan frente a x o y problema, le ayuda al docente a mejorar aspectos de la enseñanza - aprendizaje en donde se compromete desde el macro sistema social y escolar hasta el microsistema del aula y la influencia de los múltiples factores y componentes que definen y configuran la propuestas pedagógicas específicas (p. 23)

Por eso, es tarea del docente, conocer y reconocer los fenómenos que se dan en el aula de clase y cómo los estudiantes los enfrentan, para así, poder crear estrategias pedagógicas reflexivas que ayuden a mejorar la convivencia escolar. La práctica docente, debe ser uno de los aspectos que más se debe auto-evaluar, puesto que muchas veces pensamos y nos cegamos ante el argumento de que lo que estamos haciendo en el aula es lo correcto y nos cerramos a posibilidades de auto-crítica, auto-evaluación, auto-reflexión y auto-diagnóstico, las cuales son vitales para mejorar los procesos de enseñanza – aprendizaje. Por ende, es necesario que todos los docentes hagan una crítica responsable de su propio trabajo y piensen sus estrategias desde el contexto en el que se desenvuelven, identificando falencias y fortalezas en cada uno de sus estudiantes, para así, realizar un trabajo más significativo y sobre todo, contribuir a lo que realmente está necesitando la sociedad actual.

También, se destaca la manifestación de la conciencia emocional de los estudiantes, la cual, tal como lo dice Bisquerra (2007), es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás. En este estudio, se evidencia cómo todo se desarrolla paso a paso, es decir, en un primer momento y, tal como lo expresa el autor, los estudiantes pudieron ser conscientes de sus propias emociones y definirlas; después, ya se pudieron abrir paso al reconocimiento de las emociones en los demás y a tomar conciencia de la relación que había entre la emoción, la cognición y el comportamiento. Es por ello, que sesión tras sesión, se pudo evidenciar esta premisa, generando un fortalecimiento más amplio de las competencias ciudadanas emocionales y por ende, un mejor clima escolar.

Por otro lado, según Bisquerra (2007), “la competencia social, es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas” (p.11). Es así, como a medida que esta investigación transcurrió, emergió la competencia social, dominando lo que el autor llama “habilidades sociales básicas”, tales como escuchar, manifestar agradecimiento, pedir disculpas, mantener una actitud dialogante, entre otras. Se identificó una práctica de la comunicación mucho más expresiva, es decir, esa capacidad, según Bisquerra (2007) para poder iniciar y mantener una conversación sana. Finalmente, se observó que todos evolucionaron en su forma de asumir las emociones y regularlas, lo que generó una capacidad para gestionar situaciones emocionales, prevenir y solucionar conflictos.

De esta manera, y reconociendo la importancia que otros estudios tuvieron en esta investigación, se mencionan algunos aportes que otros estudios tuvieron a lo largo de este proceso investigativo. Es un hecho que la formación en competencias ciudadanas emocionales es un tema que preocupa y ocupa a todas las naciones en el mundo; por esta razón, todos los

antecedentes consultados, tanto a nivel internacional, como nacional, regional y local, permitieron afianzar los resultados de la presente investigación.

Al revisar la investigación de Filella-Guiu, Agulló, & Oriol (2014) quienes al igual que en esta investigación, pudieron verificar que la educación emocional impacta de manera directa en los programas educativos, ya que las competencias ciudadanas emocionales se pueden alcanzar si se encaminan estrategias adecuadas para ello. También, se coincidió con las premisas de Chaux (2006) quien afirma que para desarrollar las competencias ciudadanas emocionales, se necesita conectarse con el otro, con lo que él siente y poder identificar las manifestaciones de sus emociones; hecho que se evidenció de manera contundente en el grupo de trabajo de esta investigación, ya que después de realizar los ejercicios de reconocimiento de las propias emociones y las manifestaciones de las emociones de los compañeros, se pudo notar un cambio de actitud en los estudiantes y por ende, un mejor clima escolar. Similarmente, en este estudio también se observó la confirmación de la premisa de Vásquez & Anzelin (2014), quienes afirman que el docente tal como puede ser un facilitador en la formación en competencias ciudadanas, también podría ser un obstáculo, en el caso en que no sepa orientar a sus estudiantes de la manera adecuada, hacía la formación ciudadana.

Finalmente, se coincide con la postulación de Chaux, Lleras y Velásquez (2004) en su libro “Competencias ciudadanas, de los estándares al aula: una propuesta de integración a las áreas académicas” quienes afirman, que la formación en competencias ciudadanas es la base para construir una sociedad mejor, lo que indica que en todas las instituciones educativas se debe fomentar el aprendizaje de las mismas. Es así, como a través de esta investigación se buscó interpretar las competencias ciudadanas emocionales en un grupo de estudiantes y que

finalmente se entendieron como vitales para que haya una sociedad más tolerante, más justa y más proactiva; lo que generará que futuras generaciones puedan cambiar aspectos importantes que afectan la misma y evitan el progreso de los países.

6. Conclusiones

A continuación, se presentan las conclusiones del presente estudio, respondiendo a la pregunta de investigación y los objetivos propuestos.

En primer lugar, se pudo evidenciar que en definitiva la enseñanza de las ciencias sociales son un elemento muy importante que debe estar presente en los currículos de todas las instituciones educativas ya que a través de ellas, se forma a la ciudadanía y se contribuye a tener una sociedad más tolerante, democrática, incluyente y en paz.

En un inicio las competencias ciudadanas emocionales se manifestaban de manera tan espontánea, que en ocasiones no tenían control de las mismas. A medida que se empezó a realizar la unidad didáctica, las características de cada emoción, cómo se expresaban las emociones y cómo regularlas, los estudiantes empezaron a reconocer que sus emociones se manifestaban cuando se quiere hacer entender algo que se está sintiendo, por lo cual, aprendieron a hacer una lectura de sus emociones y las manifestaciones de sus compañeros, para así, mejorar la convivencia en el aula.

Las manifestaciones de las emociones más marcadas, en cuanto a las competencias ciudadanas, fueron todas las que se relacionaban con la rabia y la ira; todos expresaron cómo se manifiesta esta emoción en cada uno y cómo lograban percibirla en sus compañeros. A través de las actividades, los estudiantes pudieron reconocer estrategias importantes para regular sus emociones, especialmente, esa que tanto les afectaba, la ira, la rabia.

La identificación de las competencias ciudadanas emocionales en el grupo de estudiantes participantes de esta investigación, fue de vital importancia, ya que a través de ello, se pudo observar una disminución de las agresiones físicas y verbales y una mejor aceptación de las diferencias entre pares. También, a través de la intervención didáctica, se pudo evidenciar un

fortalecimiento de las relaciones inter-personales, lo cual, se notó, al realizar las actividades, en donde anteriormente, se veían acciones como, rechazo, exclusión y burla.

El reconocimiento de las competencias ciudadanas emocionales en estos estudiantes influyó en el mejoramiento del ambiente escolar, de la convivencia y cambió la percepción que tenían docentes y directivos frente al grupo; haciéndolo un grupo más tolerante, menos reactivo y más proactivo siendo una motivación para los demás docentes de área.

Similarmente, las competencias sociales, actuaron en este estudio como vehículo para mejorar las relaciones inter-personales del grupo en general, generando una estabilidad más palpable en los estudiantes y evidenciando una interiorización más profunda del término y su implicación en sus vidas y en la sociedad. Es por ello que, dominar las habilidades sociales básicas, respetar a los demás, practicar la comunicación asertiva, tener un comportamiento pro-social, entre otros, fueron aspectos que se observaron mucho en el proceso de este estudio, lo que llevó a mejorar la convivencia.

Así mismo, se observó que los estudiantes lograron mejorar sus relaciones intra-personales, reconociéndose como personas que cometen errores, que tienen emociones espontáneas, naturales; pero que, al mismo tiempo, tienen todo el poder y la decisión para actuar de manera acertada frente a todas las manifestaciones de sus emociones; pudiendo regularlas, para así, sentirse bien consigo mismo y con su entorno.

En general, se observó que los estudiantes pudieron interiorizar el concepto de “conciencia emocional”, como aquella que me permite ser consciente de las emociones de los demás y de las mías propias; y así mismo, reconocieron la importancia de trabajar primero en el aspecto intra-personal, para así poder aportarle al aspecto inter- personal; también, se dieron cuenta de que la conciencia emocional, contribuye enormemente a su desarrollo como seres humanos, pero

efectivamente, aún más, como ciudadanos, miembros de una sociedad que los necesita para evolucionar y crecer.

La metodología que se empleó, impactó a los estudiantes, en aspectos como la comprensión de las situaciones que generaban conflicto en el aula, las cuales, según ellos, y después de la aplicación de la unidad didáctica, eran insignificantes y no merecían la atención y la afectación que éstas producían en ellos. Los espacios de reflexión que se pudieron brindar, también generaron que cada uno realizara ejercicios de auto-evaluación, dieran una mirada introspectiva a todo aquello que de una u otra forma, les generaba una mala reacción ante un conflicto, lo que mejoró bastante la convivencia.

Desde la práctica docente, se pudo vivenciar un enriquecimiento de las estrategias pedagógicas para desarrollar las competencias ciudadanas emocionales, un reconocimiento por parte del investigador, acerca de la importancia que las mismas tienen para todos los seres humanos; y cómo, a partir de la docencia, se pueden cambiar tantos elementos en los estudiantes. El investigador, pudo dar cuenta de cómo a partir de la reflexión y aprehensión de las competencias ciudadanas emocionales, no sólo está formando a sus estudiantes, sino a los futuros ciudadanos, quienes en un futuro serán forjadores de una nueva sociedad, una sociedad más justa, más tolerante y más igualitaria.

De la misma manera, a través de esta investigación, el docente investigador pudo reevaluar su práctica docente, realizando una reflexión permanente de su quehacer diario, reconociendo el contexto escolar en el que se desenvolvió y valorando cada uno de sus estudiantes como seres individuales. El poder compartir con los estudiantes, a través de las actividades planteadas en la unidad, permitió también que el investigador pudiese adentrarse en el contexto real y que sus estudiantes se abrieran más hacia él, generando un afianzamiento de los valores que se dan entre

maestro-estudiantes, tales como el respeto. Al mismo tiempo, y teniendo en cuenta que el maestro es el ejemplo de sus estudiantes, se pudo evidenciar que el investigador pudo también, a través de su ejemplo, ser una guía, un orientador para los estudiantes, lo que les generó más seguridad a ellos.

También quedó demostrado que falta trabajar mucho más el área de ciencias sociales en la institución educativa ya que ésta no es una materia a la cual se le preste mucha atención; razón por la cual aun hay muchas falencias con relación a la convivencia escolar y la falta de competencias emocionales puesto que en primer lugar, no hay capacitación por parte del gobierno para enseñar desde las finalidades de las ciencias sociales, segundo porque para los administrativos no es un área vital y tercero porque los docentes aun no reconocen la importancia que esta tiene.

Por otro lado, dando una mirada desde el enfoque constructivista de la unidad didáctica, se puede ver cómo el docente investigador fue un mediador para el aprendizaje de las competencias ciudadanas emocionales y los estudiantes fueron protagonista de sus propios procesos de reflexión, reconocimiento y auto-regulación de sus emociones; lo que se podría identificar como uno de los resultados más llamativos de esta investigación, puesto que es en el momento en donde el docente brinda esos espacios de construcción de su propio conocimiento, en donde los estudiantes realmente interiorizan conceptos y aprenden de manera significativa. Allí, se evidenció de manera muy marcada, uno de los pilares de la educación, el cual invita a que los estudiantes aprendan a aprender, que sean autónomos, capaces de desarrollar sus propias fortalezas y enriquecer sus habilidades.

Una conclusión muy importante de esta investigación, hace referencia a ese gen que tiene todo ser humano para hacer el ejercicio de la ciudadanía, de manera acertada, esa posibilidad de

relacionarse con las demás personas, es la oportunidad para que todo ser humano crezca y se auto-reconozca, generando que se respeten a los demás, que se acepten las diferencias, que se toleren las manifestaciones de las emociones de otras personas alrededor. Es el caso, de los momentos en que se trabajó la emoción de la ira o la rabia, en donde previo a la intervención didáctica, los estudiantes opinaban que era una de las peores emociones, viéndola como algo negativo, viendo cuáles eran las manifestaciones de la misma, cómo se podían evitar y controlar. El reconocer que no están solos y que no son los únicos que sienten esas manifestaciones de la ira, los estudiantes pudieron ver desde otra perspectiva más proactiva, esta emoción.

En definitiva, se pudo ver un cambio en el grupo en general, una actitud más positiva entre ellos, un enriquecimiento de las relaciones inter-personales. El brindar espacios deportivos, en donde los estudiantes puedan jugar, competir y desenvolverse en lugares diferentes al aula, los enfrentó ante situaciones de conflicto que pusieron a prueba esas competencias ciudadanas emocionales de las que se habla en este estudio; lo que ocasionó que se viera una reflexión antes de la acción, es decir, ese “pensar antes de actuar”, pensar en el otro, en cómo sus acciones afectan a sus compañeros y a la convivencia en general.

Finalmente, pero no menos importante, es evidente que el plantear estrategias pedagógicas que mejoren o desarrollen las competencias ciudadanas emocionales es un llamado que pide a gritos la sociedad Colombiana, siendo la escuela uno de los lugares más privilegiados para generar estas acciones. Es así, como a través de esta investigación se pudo observar que se quedan cortas las palabras, para decir cómo la escuela, puede llegar a enriquecer a la ciudadanía, a generar cambios en las acciones de los estudiantes, a crear pensamiento social, que más tarde, también se verán reflejadas en las familias de estos niños, en sus entornos inmediatos y por supuesto, en un futuro, en la sociedad en general.

7. Recomendaciones

En este apartado se presentan algunas recomendaciones, teniendo en cuenta la revisión de esta investigación y los datos arrojados, se espera que ésta pueda ser de gran aporte para futuras investigaciones.

En primer lugar, la reflexión es parte fundamental del proceso de reconocimiento de las emociones y las manifestaciones de las mismas, se recomienda brindar espacios en donde cada estudiante pueda autoevaluarse y pensar sobre sus propias manifestaciones de las emociones, para así poder controlarlas y regularlas.

Se recomienda que cada docente cree espacios en donde los estudiantes puedan identificar sus emociones y cómo éstas se manifiestan en ellos ya que éste debe ser un elemento fundamental en la planeación de todas las áreas del conocimiento porque es a partir de la interacción social que el estudiante puede tener más consciencia de sus acciones y pensamientos.

El desarrollo de actividades en grupo, permite crear espacios en donde los estudiantes puedan enfrentarse a situaciones de conflicto de la vida cotidiana, enfrentándolos a tomar sus propias decisiones en cuanto a la reacción que deben asumir frente a cada emoción.

Al plantear estrategias pedagógicas para el desarrollo de las competencias ciudadanas emocionales, se debe tener en cuenta el PEI de la institución educativa y la malla curricular que se exige, ya que todas ellas, deben estar encaminadas hacia la meta de la institución, lo que generará unos resultados más significativos.

Como la convivencia escolar es un aspecto que puede afectar demasiado los procesos académicos y disciplinarios de los estudiantes, es recomendable que cada docente realice un plan de intervención con su grupo que apunte a despertar la consciencia emocional y contribuya al desarrollo de la sociedad.

Contar con el apoyo de los directivos de la institución educativa en la que se va a realizar la intervención, es de vital importancia para que los procesos planteados se lleven a cabo de la mejor manera. Cuando se tienen claras las metas de la institución educativa y se vela por mantener un equilibrio entre las metas del investigador y éstas, se pueden tener mejores resultados.

Se recomienda trabajar las competencias ciudadanas emocionales transversalizadas en todas las áreas y desde las ciencias sociales en particular, ya que como se pudo ver en esta investigación formar ciudadanía es tarea de todos los docentes, la familia y el gobierno.

Se recomienda continuar con este tipo de estudios en todas las instituciones educativas del municipio, puesto que, como se pudo observar a lo largo de esta investigación, esta época, necesita más que personas con muchos conocimientos, personas que sepan manejar sus emociones, buenos ciudadanos.

8. Referencias

- Anecdotalario grado 8vo. (2017). Institución Educativa Fabio Vásquez Botero. Risaralda.
- Agudelo Marín, C., Bohórquez Zuleta, M. M., & Galvis Betancur, Á. M. (2015). *Competencia en regulación emocional: una mirada desde la escuela* (Doctoral disertación, Universidad Católica de Pereira).
- Bericat, E. (2012). *Emociones*. Universidad de Sevilla, España.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). *“Educación emocional. Programa para la educación primaria”*. Editorial Praxis.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Buitrago, R. (2012). *Contexto escolar e inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del Departamento de Boyacá*. (Colombia). Universidad de Granada, Melilla.
- Carretero, Mario. (1997). *“Desarrollo cognitivo y aprendizaje” Constructivismo y educación en: Carretero, Mario*. Progreso. México, pp. 39-71
- Chaux, J. E., Lleras, J., & Velásquez, A. M. (2004). *Competencias ciudadanas: de los estándares al aula; una propuesta de integración a las áreas académicas*. Ministerio de Educación Nacional. Recuperado de http://www.colombiaaprende.edu.co/html/mediateca/1607/articles-75077_archivo.pdf
- Chaux, E. (2006). *Formar para la ciudadanía ¡Sí es posible!* Bogotá, Colombia: Ministerio de Educación Nacional.

Cohen, J. (2006). Social, emotional, ethical and academic education: Creating a climate for learning, participation in democracy and well-being. *Harvard Educational Review*, Vol. 76, No. 2, Summer, pg 201-237.

Colombia (1991), *Constitución Política de Colombia*, disponible en: <http://web.presidencia.gov.co/constitucion/index.pdf>, Bogotá D.C.: Presidencia de la República.

Denzin NK. (2009). *On Understanding Emotion*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.

Diez, E. (2015). *Didáctica*. Universidad de León, España.

Fernández, M. (2007). *Habilidades sociales en el contexto educativo*. Universidad del Río-Río, Chillán. Iztapalapa, México: McGraw-Hill

Figuerola L, A., y Guevara, I. A. (2010). *El juego de rol como mediación para la comprensión de emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo en niños de educación preescolar*. (tesis de maestría). Universidad Javeriana. Recuperado de: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/1262/edu73.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Filella-Guiu, Agulló, Pérez & Oriol. (2014). *Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación Primaria. Estudios sobre educación*. Vol 26: pp 125-147.

Giraldo, G. Ciudadanía: aprendizaje de una forma de vida Educación y Educadores, vol. 18, núm. 1, enero-abril, 2015, pp. 76-92 Universidad de La Sabana Cundinamarca, Colombia

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*, Kairos.

Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairos.

González, G. (2013). El profesorado en formación y las finalidades de la enseñanza de las ciencias sociales. *Uni-pluri/versidad*. Vol. 13, N°2.

Greco, C., & Ison, M. S. (2011). *Emociones positivas y solución de problemas interpersonales: su importancia en el desarrollo de competencias sociales en la mediana infancia*. Perspectivas en psicología.

Gutiérrez, M., Buitrago y Valencia, V. (s.f). *Prácticas educativas reflexivas y la formación del profesorado*. Lemosina editores.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. Anahuác, México: McGraw Hill.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Anahuác, México: McGraw Hill.

Jaramillo y González. (2012). *Incidencia de la aplicación de una unidad didáctica basada en competencias ciudadanas para el fortalecimiento de estas en estudiantes de grado 5° de la institución educativa Cristo Rey de Dosquebradas Risaralda*. Pereira, Risaralda.

Jares, X. R. (2006). *Pedagogía de la convivencia*. Barcelona, España: Graó.

Kemper TD (1987). *How many emotions are there? Wedding the social and autonomic components*. American Journal of Sociology 93: 263–289.

Lewis, M. (1992). *Shame, The exposed self*. New York: The Free Press.

López Cassá, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis.

- Meichenbaum, D. & Asarnow, J.R. (1979). *Cognitive-behavior modification and cognitive development: Implications for the classroom*. In P. Kendall and S. Hollon (Eds.), *Cognitive-Behavioral Interventions: Theory, Research, and Procedures*. New York, Academic Press.
- Marshall, T. H. (1965). *Class, Citizenship and Social Development*. New York: Anchor.
- MEN. (1994). *Decreto 1860 de 1994*. Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales. Colombia.
- MEN, (2004). *Estándares curriculares de competencias ciudadanas*: Santa fe de Bogotá.
- MEN. (2013). *Guías pedagógicas para la convivencia escolar*, (Guía 49), Ley 1620 de 2013- Decreto 1965 de 2013. Colombia.
- MEN (2016). *Derechos Básicos de Aprendizaje: Ciencias Sociales*. Bogotá, Colombia.
- Mockus, A. (2002). *La educación para aprender a vivir juntos. Convivencia como armonización de ley, moral y cultura*. Perspectivas, vol. XXXII, No. 1
- Oliva, A. y Parra, A. (2000). Emotional autonomy and family context in adolescence. Poster presentando en el XVI Biennial Meeting of ISSBD celebrado en Pekín (China). Julio.
- Pimienta, J. (2007). *Metodología constructivista*. Guía para la planeación docente. Segunda edición. Pearson, Prentice Hall.
- Santisteban, A. (2009). *Cómo trabajar en clase la competencia social y ciudadana*. Aula de innovación educativa. (No. 187).
- Vásquez y Anzelin (2014). *La autorregulación de emociones una ruta posible para desarrollar competencias ciudadanas*. Universidad de la Sabana. Chía, Colombia.
- Vigotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona.
- Walzer, Michael, "The Civil Society Argument", en Mouffe, 1992b.

Yin, R.K. (1994). *Case Study Research – Design and Methods, Applied Social Research Methods* (Vol. 5, 2nd ed.), Newbury Park, CA, Sage.

Zabala, A. (2007): *11 ideas clave: cómo aprender y enseñar competencias*. Barcelona. Graó

ANEXOS

Anexo A. Diario de campo

<i>INSTITUCION EDUCATIVA FABIO VÁSQUEZ BOTERO</i>	
<i>DIARIO DE CAMPO</i>	
<i>SESIÓN N°:-----</i>	
<i>FECHA:-----</i>	
<i>LUGAR:-----</i>	
<i>TEMA:-----</i>	
<i>PROPOSITO:-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>-----</i>	
<i>CATEGORIA -----</i>	
<i>OBSERVACIÓN</i>	<i>REFLEXION (AUTOR)</i>

Anexo B. Consentimiento informado

Institución Educativa Fabio Vásquez Botero

Dosquebradas

Sedes: Campestres – Violetas – San Rafael – Naranjales – Nueva República

NIT. 891.412.084 – 1 DANE 166170001023



Universidad
Tecnológica
de Pereira

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Macro proyecto de investigación: "Desarrollo de las competencias ciudadanas para mejorar la convivencia a través de la educación emocional".

Sr. (Sra.):

Por medio de este documento se quiere suministrar la información necesaria para que usted conozca el propósito de investigación planteado con los niños y niñas de grado OCTAVO de la institución educativa Fabio Vásquez sede central y Campestre de la ciudad de Dosquebradas en la cual laboro, con el fin de solicitar su aprobación para el inicio de registros orales (entrevista, encuestas, grabación, entre otros), escritos, visuales (videos, fotografías, entre otros) y análisis de datos en los próximos días.

A continuación se explica de manera resumida:

Objetivo del proyecto de investigación. Desarrollo de las competencias ciudadanas emocionales para mejorar la convivencia en el aula.

El Compromiso es de Todos

PRINCIPAL NARANJALES – Calle 23 No 27 – 15. TELS.: 330 3100 / 330 3322 / 322 5955 DOSQUEBRADAS – RISARALDA

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 1	Área: Educación física	Tema: Las emociones
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de los compromisos personales y sociales • Participo en discusiones y debates académicos • Tomo decisiones responsablemente 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Entender la importancia de mantener expresiones de afecto y cuidado mutuo con mis familiares, amigos(as), y pareja, a pesar de las diferencias, disgustos o conflictos.
Ámbito de competencias ciudadanas: <ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	Transversalidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales • Español • Ciencias naturales • Ética y valores 	Resultados de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> • Comprender el concepto de emoción y componentes
Recursos: Video: https://youtu.be/7Ax_n7CZRCg Video beam, marcador borrrable, marcador, borrador, fichas de conceptos, imágenes, cuestionario de hoja de actividad de cierre	Criterios de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones que pongo en práctica en diferentes situaciones en clase de educación física. • Reconocer los componentes de las emociones en los demás compañeros y los propios • Potenciar la reflexión de los alumnos sobre sus propias emociones, sus componentes y funciones; y la comprensión y tolerancia hacia otras personas 	

ACTIVIDAD N°	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES
1	<p>Integración de los jóvenes en el desarrollo de la unidad didáctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organización del grupo. - Explicación de la sesión a realizar. - Llamado a lista <p>Inicio PO:</p> <p>Organización: en parejas (TRABAJO EN EL PEQUEÑO GRUPO)</p> <p>Actividad 1: a los estudiantes se le presenta por primera vez diferentes imágenes de variadas emociones; este a su vez irá describiendo, en parejas cada una de ellas preguntas previas</p> <p>Anexo1: presentación de diapositivas e imágenes.</p> <p>¿Qué es emoción?</p> <p>¿Qué tipo de emoción representa la imagen expuesta?</p> <p>Describe la imagen expuesta.</p> <p>Identifica el tipo de emoción que causa más impacto de las imágenes expuestas y ¿porque?</p> <p>¿Consideras que las emociones son solamente positivas?</p> <p>¿Crees que las emociones solamente son negativas?</p> <p>¿Cuáles son las emociones que logras identificar?</p> <p>¿Para qué debemos identificar mis emociones negativas y propon una formas de controlarlas?</p> <p>Después cada pareja socializa sus respuestas, al grupo se selecciona cual imagen fue la que ha causado más impacto.(TRABAJO EN GRAN GRUPO)</p> <p>Explicación didáctica docente de emoción, por medio de las imágenes del video enfatizando en la seleccionada. Donde se</p>

	<p>da respuesta al que es, como es, que se siente, como se siente, porque se siente y qué componentes intervienen en la emoción</p> <p>Anexo 2: Video: Inteligencia Emocional (cerebro dividido) https://youtu.be/7Ax_n7CZRCg(Solo unas partes del video).</p> <p>Transposición didáctica: A través de un mapa conceptual entre todos para dar respuesta a dichas preguntas</p>
2	<p>Actividad 2: Situación problema</p> <p>Andrés llora y expresa que está triste, porque al cambiarse de casa ha tenido que cambiar de colegio, extraña a sus antiguos amigos, ahora no conoce a nadie y los echa de menos.</p> <p>Organización: INDIVIDUAL</p> <p>¿Qué tipo de emociones identificas?</p> <p>¿Qué le dirías a Andrés frente a dicha situación?</p> <p>¿A qué aciertos se te ocurre buscar como aspectos positivos posibles de esta nueva situación?</p> <p>¿Cuáles componentes emocionales intervienen en esta situación?</p> <p>¿Argumenta porque en el cerebro profundo se presentan las emociones básicas?</p> <p>¿Qué tipo de reacción gestual o motriz predomina frente a diferentes tipos de emociones y cómo lo relacionas con la teoría?</p> <p>Afirmaciones: positivas de la situación</p> <p>“no te preocupes, harás amigos nuevos enseguida”</p> <p>“que suerte que ahora vas a conocer a más gente”</p> <p>“Veraz como en unos días estarás tan contento como antes”</p>

	<p>Trabajo socializar en parejas acerca de afirmaciones expresadas para dar respuesta al estudio de caso</p> <p>Dialoga con tu pareja acerca de las afirmaciones expuestas realiza cinco situaciones nuevas.</p> <p>Elaboren en parejas una nueva situación emocional de tus propias experiencias o imaginación donde se proponga una situación emocional positiva (TRABAJO EN PEQUEÑO GRUPO)</p>
3	<p>Actividad 3: Definición de conceptos de cada emoción: Escribe en una hoja que emoción te representa cada imagen expuesta por medio de la ayuda de las Tic Definición de cada emoción por medio del” juego “concéntrese”:</p> <p>TRABAJO EN GRUPO: En el tablero ubicado en el lado izquierdo la imagen de la emoción en una ficha (imágenes de la actividad 1) y al lado derecho del tablero su definición (son las respuestas de acuerdo a la teoría).</p> <p>Cada representante de un grupo saldrá a escoger la imagen de la emoción la cual representará gestualmente y así poder tomar una ficha del lado derecho del tablero para resolver su significado, mientras los demás estudiantes tendrán 2 oportunidades de elegir qué tipo de emoción y una o 2 respuestas del lado de las respuestas. El grupo que mayor número de aciertos tenga será el ganador.</p>
4	Actividad 4: Práctica deportiva: encuentro deportivo

	microfútbol mixto
5	<p>Actividad 5: Cierre</p> <p>Conceptualización individual de las emociones trabajadas en la sesión:</p> <p>Definir en un texto cada tipo de emoción con sus propias palabras.</p> <p>Cuando hacemos la práctica deportiva que emociones te pasan por tu cabeza, has un listado.</p> <p>Preguntas:</p> <p>¿Cómo defines este tipo de emociones? y de qué componente es cada uno.</p> <p>Al tener un altercado con un compañero de clase qué emociones se te presentan y cuál componente emocional se activa en esos momentos y ¿porque?</p> <p>¿Porque es bueno tener emociones diversas?</p> <p>¿Qué le sucede a tu organismo cuando expresas las emociones?</p> <p>Reflexión final: entonces reflexiona ¿cuál es la función de las emociones en la vida diaria?</p> <p>(Expone al grupo)</p>

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 2	Área: Educación física	Tema: Las emociones negativas
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los sentimientos, necesidades y puntos de vista de aquellos a los que se les han violado derechos civiles y políticos y propongo acciones no violentas para impedirlo. • Desarrollo de los compromisos personales y sociales • Participo en discusiones y debates académicos • Tomo decisiones responsablemente 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y superar emociones, como el resentimiento y el odio, para poder perdonar y reconciliarme con quien he tenido conflictos(emocional) • Utilizar mecanismos constructivos para encausar mi rabia y enfrentar mis conflictos(detenerme y pensar, hablar con alguien, o desahogarme haciendo ejercicio (emocional)
Ámbito de competencias ciudadanas: <ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	Transversalidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales • Español • Ciencias naturales • Ética y valores 	Resultados de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> • Comprendo que las competencias emocionales ayudan a regular la expresión emocional en la vida escolar y en la comunidad. (Conocimiento) Identifico las emociones

		<p>propias negativas para mejorar las relaciones interpersonales (cognitiva, emocional)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Construyo relaciones emocionales que contribuyen a la convivencia cotidiana en la comunidad escolar, familiar y municipal Conozco y uso estrategias sencillas del manejo de las emociones negativas. (Conocimiento, integradora)
<p>Recursos:</p> <p>Video beam, borrrable, marcador, borrador, Imágenes de expresiones negativas</p>	<p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los diferentes tipos de emociones negativas. • Reconocer las diferentes emociones negativas en los demás compañeros y los propios • Potenciar la reflexión de los alumnos sobre sus propias emociones negativas comprensión y la tolerancia hacia otras personas 	
ACTIVIDAD N°	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	
1	<p>Actividad: señale si las siguientes afirmaciones son falsas o verdaderas:</p> <p>a) La sensación de miedo que nos producen las películas de</p>	

	<p>terror es un tipo de miedo racional.</p> <p>b) El miedo nos ayuda a prevenir situaciones negativas.</p> <p>c) La ansiedad y el miedo están relacionadas.</p> <p>d) Existen personas que ante situaciones de miedo, son capaces de trabajar bien.</p> <p>e) Una respuesta o forma de reacción común del miedo es evitar la situación de peligro.</p>
2	<p>Actividad 2. Sensibilización</p> <p>Estudio de caso</p> <p style="text-align: center;">“CAMBIOS EN LA ADVERSIDAD”</p> <p>La intolerancia estudiantil frente a la convivencia pacífica en el aula, factor que activa las alarmas en los manuales con vivenciales de la escuela de hoy en el acontecer diario, es el caso de Yesica quien apenas con un año de vida, en la ternura de su ojos, con la alegría de sus muecas y su piel fresca, fue abandonada por su madre. Quien decidió dejarla en custodia de su padre, este a su vez un hombre perdido en la drogas, con diferentes problemas delincuenciales, lo cual lo lleva a parar a la cárcel, cuándo Yesica apenas tenía 5 años de edad, quedando así al cuidado de su abuela paterna, quien se ganaba el sustento limpiando casas y aseándolas los fines de semana en la ciudad de Pereira, con escaso tiempo y fuerzas para formar a esta criatura. Así, fue creciendo, cuando su abuela no tenía cómo cuidarla, le solicitaba a algún vecino su ayuda; Yesica se fue formando en un ambiente de barrio hostil, donde sobreviven pocos, donde los más débiles son eliminados, se fue levantando con carácter agresivo, de mirada fuerte, cuya reacción ante la adversidad eran los golpes, las palabras amenazantes, destruir</p>

	<p>lo que se atravesara e impidiera su bienestar. Al llegar a su juventud, Yesica muestra una gran atracción por el deporte del fútbol, pero a donde quiera que fuera a practicarlo, encontraba dificultades con sus compañeras de equipo o rivales por su fuerte modo de ser, lo que no lograba manejar y le impedía mostrar el gran talento para desarrollar esta virtud en plenas condiciones. Al llegar al colegio, un día los docentes de educación física Pedro y Ulises deciden hacer una convocatoria para seleccionar a las mejores estudiantes del plantel para la selección intercolegial de fútbol.</p> <p>Ana dice, recomienda y advierte a Yesica sobre tratar de mejorar el comportamiento cuando esté compitiendo. Puesto, que no ha sabido controlar en especial las emociones primarias, de Ira, que son estados afectivos automáticos y complejos que se desatan en nuestro cuerpo, y que cumplen una función beneficiosa y de adaptación en el organismo al favorecer nuestra reacción frente a un estímulo. Yesica entusiasmada le contesta eufórica a Ana.</p> <p>Se llega el día de las pruebas y todo transcurre con normalidad, a los docentes les parece sobresaliente el desempeño de Yesica, por su juego agresivo (de carácter-aguerrida) de buen desempeño técnico táctico que la hacían la jugadora más activa, como una posible líder dentro del grupo. Hasta que llega una acción de choque fuerte con una rival y reacciona de manera antideportiva, golpea a la otra jugadora a patadas, la insulta con palabras soeces e intimidantes, las otras integrantes del equipo contrario se involucran en la pelea atacando no solo a Yesica sino a las demás compañeras del equipo, lo que conlleva a la suspensión de partido.</p>
--	---

	<p>De inmediato, intervienen los docentes del área de educación física en especial Mario para mediar en la situación, en este caso eran los seleccionadores de la institución los cuales les recuerdan a las jóvenes las reglas de juego, la convivencia y tolerancia que se debe tener en deportes de conjunto, ya que en estos se presentan roces, contactos, choques, palabras fuertes, empujones, e insultos del público; acciones que se consideran normales dentro del desarrollo del juego y que son corregidas o sancionadas por los jueces de campo y línea. Además Mario le dice a Yesica tomándola del brazo controla tus emociones, maneja tu ira, contrólese pues.</p> <p>Yesica continúa con la firme intención de ser elegida dentro del grupo, y toma conciencia de que acaba de hacer un acto de indisciplina, poco control sobre sus emociones negativas por lo cual recibe una sanción pedagógica por parte de Mario y el otro entrenador, al ser separada del grupo por una semana. Además, esta debe presentar informes sobre el manejo de las emociones positivas y negativas, el manejo del conflicto y el respeto por las normas, dichas tareas de socialización la hace reflexionar en sus acciones antideportivas y de mal comportamiento. Ofreciendo disculpas a los docentes seleccionadores y a sus compañeras demostrando con ello, que puede más el amor hacia el deporte que los aspectos negativos con los que la se formaron a nivel familiar en su infancia.</p> <p>Preguntas</p> <p>¿Qué situación se presenta en la historia?</p> <p>¿Cuál es el caso de la situación?</p> <p>¿Qué actitud asume Yesica en el caso?</p> <p>¿Porque crees que Yesica peleaba?</p> <p>¿Qué tipo de reacción asumirías en el caso de Yesica?</p>
--	--

	<p>¿Qué tipo de emociones encuentras en el caso?</p> <p>¿Qué desenlace le darías a la historia?</p> <p>¿Cuáles son los problemas que detectas en la historia?</p> <p>Interpreta las situaciones emociones negativas que se presentan</p> <p>Haz tenido problemas de convivencia o de integración con tus compañeros en el colegio</p> <p>Creas que sirve de algo la práctica deportiva para mejorar la convivencia escolar</p> <p>Análisis de preguntas orientadores en grupo</p> <p>Síntesis de respuestas</p>
3	<p>Actividad 3. El termómetro</p> <p>a. En el tablero el docente escribe las emociones que generan mucha rabia en la parte superior y las que generan poca rabia en la parte inferior.</p> <p>b. Se hace un termómetro explicando que estas emociones funcionan igual que el termómetro, algunas veces pueden estar muy arriba y otras abajo.</p> <p>c. Se elabora una lista en desorden de las palabras sinónimos de rabia (iracundo, molesto, enojado, disgustado, furioso)</p> <p>d. Se somete a discusión el orden de los sinónimos del estado emocional de mayor rabia a menor rabia.</p> <p>e. Definición de rabia y sus sinónimos en grupo. Buscar el significado y elaborar las diferencias</p> <p>f. Trabajo en parejas, donde se comenta una situación reciente en la que haya sentido el nivel más alto de rabia.</p>

	<p>Se formulan las siguientes preguntas: ¿cuál fue la situación y que hicieron al respecto? Después de que todos se han contado sus historias se le pide a dos voluntarios que las comenten a todo el curso y todos deben opinar hasta que nivel hubiesen llegado en el termómetro de la rabia si les hubiera ocurrido lo mismo.</p> <p>Elaborar una lista con las situaciones que pueden hacer bajar los niveles de rabia, se escriben el tablero y se analiza sobre cuales se aplicarían en situaciones reales estando en el nivel más alto de rabia.</p> <p>Se reflexiona sobre cuál es la importancia del control de las emociones negativas situaciones emocionales de rabia en todo tipo de contexto.</p> <p>Esta actividad ha sido adaptada de Kreidler, W.J. (1997).</p>
--	--

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 3	Área: Educación física	Tema: Las emociones negativas y su conceptualización
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los sentimientos, necesidades y puntos de vista de aquellos a los que se les han violado derechos civiles y políticos y propongo acciones no violentas para impedirlo.(Competencias emocionales y cognitivas) • Reconozco que al tener control de mis emociones creo situaciones favorables para la autoestima y seguridad en sí mismo, motivación para aprender, superar el miedo al fracaso y aprender de los errores. (Emocional) 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y superar emociones, como el resentimiento y el odio, para poder perdonar y reconciliarme con quien he tenido conflictos(emocional). • Utilizar mecanismos constructivos para encausar mi rabia y enfrentar mis conflictos(detenerme y pensar, hablar con alguien, o desahogarme haciendo ejercicio (emocional) • Identificar las emociones propias negativas para mejorar las relaciones interpersonales (cognitiva, emocional)
Ámbito de competencias ciudadanas:	Transversalidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales • Español 	Resultados de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> • Conozco y uso estrategias sencillas del manejo de las

<ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciencias naturales • Ética y valores 	<p>emociones negativas. (Conocimiento, integradora)</p> <p>Construyo relaciones emocionales que contribuyen a la convivencia cotidiana en la comunidad escolar, familiar y municipal</p>
<p>Recursos:</p> <p>Video vean, tablero borrrable, marcador, borrador.</p>	<p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las emociones negativas para responder de manera positiva ante ellas. • Definir las emociones negativas y fijar unas características funcionales. • Comparar las emociones negativas personales con las de mis compañeros de grupo. 	
ACTIVIDAD N°	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	
1	Actividad de inicio: Video de “Farola” Identificación de las emociones. 3 minutos	
2	<p>Actividad 2: PO. ¿Por qué tenemos emociones negativas?</p> <p>Leo y reflexiono:</p> <p>Los exámenes le producen a Gustavo un tipo de emoción negativa, pero él no sabe identificar cuál. El siente una</p>	

	<p>sensación desagradable, le molesta el hecho de pensar en el examen, le molesta y se irrita. (Actividad de conocimiento previo).</p> <p>¿Sabes de qué tipo de emoción negativa se trata?</p> <p>A) Enojo</p> <p>B) Tristeza</p> <p>C) Miedo</p> <p>D) Envidia.</p> <p>Relaciono cada tipo de situación con la emoción que desencadena.</p> <p>Realiza un cuadro comparativo de emociones negativas.</p> <p>A) el profesor me ha dicho que mi evaluación es una de las peores.</p> <p>B) Mi mejor amigo se va a vivir a otra ciudad</p> <p>C) Mis padres no me dejan ir a la fiesta</p> <p>D) mis padres me han dicho que voy a tener un hermano</p> <p>E) el profesor no me dejó salir al partido de fútbol</p> <p>Relaciono estas frases con algún tipo de emoción negativa</p> <p>Se realiza trabajo individual, luego se ubican en parejas y comparan las respuestas y se hace socialización en general.</p> <p>Heteroevaluación:</p> <p>A) cuando me enfado con mis hermanos les insulto. Si_ No_</p> <p>B) cuando discuto con mis padres me enoja tanto que rompo</p>
--	--

	<p>algún objeto de la casa. Si__ No__</p> <p>C) cuando estoy irritado con mis estudios acabo con mal carácter y gritándole a mis familiares y amigos. Si__ No__</p> <p>D) si me molesto con mis amigos por algo intento hablarlo tranquilamente con ellos. Si__ No__</p> <p>Reflexión de la heteroevaluación para los las respuestas del SI y las del NO. Participación grupal e intervención del docente.</p>
--	--

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 4	Área: Educación física	Tema: Las emociones positivas
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los sentimientos, necesidades y puntos de vista de aquellos a los que se les han violado derechos civiles y políticos y propongo acciones no violentas para impedirlo.(Competencias emocionales y cognitivas) • Reconozco que los fenómenos sociales pueden observarse desde diversos puntos de vista (visiones e intereses) • Reconozco que al tener control de mis emociones creo situaciones favorables para el autoestima y seguridad en sí mismo, motivación para aprender, superar el miedo al fracaso y aprender de los errores. 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y superar emociones, como la alegría, el amor y la felicidad (emocional). • Utilizar mecanismos constructivos para encausar mi rabia y enfrentar mis conflictos (detenerme y pensar, hablar con alguien, o desahogarme haciendo ejercicio (emocional) • Identificar las emociones propias para mejorar las relaciones interpersonales (cognitiva, emocional) • identificar los diferentes tipos de emociones positivas elaborando una lista de ellas.
Ámbito de competencias ciudadanas:	Transversalidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales 	Resultados de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> • Comprendo que las

<ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	<ul style="list-style-type: none"> • Español • Ciencias naturales • Ética y valores 	<p>competencias emocionales ayudan a regular la expresión emocional en la vida escolar y en la comunidad.</p> <p>(Conocimiento)</p> <p>Construyo relaciones emocionales que contribuyen a la convivencia cotidiana en la comunidad escolar, familiar y municipal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco y uso estrategias sencillas del manejo de las emociones positivas. <p>(Conocimiento, integradora)</p>
<p>Recursos:</p> <p>Video beam, tablero borrrable, marcador, borrador, Imágenes de expresiones negativas</p>	<p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los diferentes tipos de emociones positivas. • Reconocer las diferentes emociones positivas en los demás compañeros y las propias • Potenciar la reflexión de los alumnos sobre sus propias emociones positivas comprensión y la tolerancia hacia otras personas 	

ACTIVIDAD N°	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES
1	<p>Actividad 1. Sensibilización</p> <p>Preguntas previas</p> <p>*Pregúntese:</p> <p>¿Cómo me siento?</p> <p>¿De qué me dan ganas en este momento? ¿Qué no quiero hacer?</p> <p>¿Siento algo en el cuerpo?</p> <p>¿Qué otros nombres puedo ponerle a esta emoción?</p> <p>¿Cómo cambia si la nombro diferente?</p> <p>*Si usted no conoce muchas emociones o sinónimos, puede consultar a su tutor sobre este tema.</p>
2	<p>De manera individual:</p> <p>Explique y describa una experiencia personal en la que ha sentido satisfacción debido a la forma de comportarse con otra persona.</p> <p>¿Cuáles son las acciones positivas que me agradan cuando comparto con mi compañero?</p> <p>Presentación del docente del Mapa conceptual de emociones positivas y negativas.</p> <p>Trabajo en grupos de 4</p> <p>Respondo las siguientes preguntas:</p>

	<p>Preguntas orientadoras:</p> <p>A. ¿Cuáles son las emociones positivas recurrentes en tu diario vivir?</p> <p>B. ¿Con cuál imagen te identificas más en tus situaciones positivas?</p> <p>C. ¿Cuáles son las emociones positivas que se presentan en tu grupo describa y explique?</p> <p>D. Qué situaciones positivas manifestadas y cuáles te desestabilicen (elegir una)</p> <p>Términos de emociones de alegría, entusiasmo, gratificación, euforia, satisfacción, excitación, regocijo, contento, humor, diversión, afecto, placer, simpatía, empatía, interés, confianza, compromiso y satisfacción y sus sinónimos en grupo.</p> <p>Buscar el significado elaborar las diferencias entre ellas y realizar un crucigrama de estos términos.</p> <p>Trabajo en grupo: seleccionar una situación reciente en la que haya sentido el nivel más alto de alegría. Se formulan las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cuál fue la situación y que hicieron al respecto?</p> <p>¿Cuáles emociones personales le han dado mucha satisfacción debido a la manera de comportarse con el otro?</p> <p>Seleccionar la emoción en la que coinciden todos los integrantes del grupo.</p>
--	---

	<p>Después de que todos se han contado sus historias se le pide a dos voluntarios que las comenten a todo el curso las historias positivas y se pone en consideración si les hubiera ocurrido lo mismo de qué forma actuarían y explicar los hechos.</p> <p>Se reflexiona sobre cuál es la importancia del control de las emociones positivas y las situaciones emocionales de euforia en todo tipo de contexto.</p> <p>Esta actividad es adaptada y modificada de Kreidler, W.J. (1997).Sastre, G y Monserrat, M. p. 240 (2015)</p>
--	--

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 5	Área: Educación física	Tema: Regulación emocional
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los sentimientos, necesidades y puntos de vista de aquellos a los que se les han violado derechos civiles y políticos y propongo acciones no violentas para impedirlo. (Competencias emocionales y cognitivas) • Reconozco que al tener control de mis emociones creo situaciones favorables para el autoestima y seguridad en sí mismo, motivación para aprender, superar el miedo al fracaso y aprender de los errores. (emocional). 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Hago planes de búsqueda que incluyan posibles fuentes primarias y secundarias (orales, escritas, iconográficas, virtuales...) y diferentes términos para encontrar información que conteste mis preguntas. • Reconozco que los fenómenos sociales pueden observarse desde diversos puntos de vista (visiones e intereses). • Promuevo debates para discutir los resultados de mis observaciones. Ministerio de Educación Nacional. Estándares en Ciencias Sociales. Identifico las emociones propias positivas y negativas para mejorar las relaciones interpersonales (cognitiva, emocional)

<p>Ámbito de competencias ciudadanas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	<p>Transversalidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales • Español • Ciencias naturales • Ética y valores 	<p>Resultados de aprendizaje:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprendo que las competencias emocionales ayudan a regular la expresión emocional en la vida escolar y en la comunidad. (Conocimiento) • Construyo relaciones emocionales que contribuyen a la convivencia cotidiana en la comunidad escolar, familiar y municipal. • Conozco y uso estrategias sencillas del manejo de las emociones. (Conocimiento, integradora) • Identificar los diferentes tipos de emociones negativas y desagradables y de qué manera las controlo.
<p>Recursos:</p> <p>Video beam, tablero borrrable,</p>	<p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las Estrategias personales para el control de las 	

marcador, borrador.	<p>emociones que uso actualmente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer las estrategias de regulación en los demás compañeros. • Potenciar la reflexión de los alumnos sobre sus propias emociones, sus formas de regulación emocional, la comprensión y la tolerancia hacia otras personas.
ACTIVIDAD N°	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES
1	<p>Actividad 1: Cara a cara (trabajo en el gran grupo)</p> <p>¿Cuáles son las acciones negativas de los compañeros que le desagradan?</p> <p>Cuestionario</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>-¿Cuáles son las emociones negativas recurrentes en tu diario vivir?</p> <p>-¿Con cuál imagen te identificas más en tus situaciones negativas?</p> <p>¿Cuáles son las emociones negativas que se presentan en tu grupo?</p> <p>-¿Qué situaciones desagradables manifiestas y te desestabilizan</p> <p>-¿Qué situaciones te generan un malestar incontrolable?</p> <p>- ¿Cómo neutralizas o controlas dicha manifestación?</p> <p>-¿Propone varias alternativas de solución a dicha acción?</p> <p>Posteriormente, se reúnen en círculo y cada uno llama a su compañero con el que tienen más dificultades en el grupo y le</p>

	<p>dicen cuáles son las acciones negativas que más le incomodan, saliendo al centro del círculo y llamando a su compañero al frente (se revisa el clima del grupo antes de iniciar la actividad)</p> <p>¿Qué situaciones desagradables se manifiestan en el aula y en tu grupo?</p> <p>¿Qué situaciones te generan una desestabilización emocional?</p> <p>Verbalización de las estrategias de regulación</p> <p>Se realiza un trabajo reflexivo con todos los integrantes del grupo, para evaluar la actividad y de qué manera beneficia al colectivo en su convivencia y ambiente escolar.</p>
--	--

Nombre de la unidad: Emociones y convivencia en el aula		
Sesión: 6	Área: Educación física	Tema: Convivencia escolar y conceptualización
Estrategias pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> • Observación de conductas • Trabajo en pequeño grupo en gran grupo • Trabajo cooperativo • Mapa conceptual • Situación Problema • Producción individual • Ayuda TIC (video y diapositivas) 	Estándares: <ul style="list-style-type: none"> • Identifico las características básicas de los documentos que utilizo • Planteo hipótesis que respondan provisionalmente estas preguntas. • Hago planes de búsqueda que incluyan posibles fuentes primarias y secundarias y diferentes términos para encontrar información que conteste mis preguntas • Analizo los resultados de mi búsqueda y saco conclusiones • Promuevo debates para discutir los resultados de mis observaciones 	Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Hago planes de búsqueda que incluyan posibles fuentes primarias y secundarias (orales, escritas, iconográficas, virtuales...) y diferentes términos para encontrar información que conteste mis preguntas. • Reconozco que los fenómenos sociales pueden observarse desde diversos puntos de vista (visiones e intereses). • Promuevo debates para discutir los resultados de mis observaciones. Ministerio de Educación Nacional. Estándares en Ciencias Sociales. Identifico las emociones propias positivas y negativas para mejorar las relaciones interpersonales (cognitiva, emocional)

	<p>Desarrollo compromisos personales y sociales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participo en discusiones y debates académicos • Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y las relaciones con los demás. • Asumo una posición crítica frente a situaciones de discriminación y abuso por irrespeto a las posiciones ideológicas y propongo formas de cambiarlas. • Participo en la construcción de normas para la convivencia en los grupos a los que pertenezco (familia, colegio, barrio...) y las acato. 	
Ámbito de competencias ciudadanas:	Transversalidad: <ul style="list-style-type: none"> • Ciencias sociales • Español 	Resultados de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> • Comprendo que las competencias

<ul style="list-style-type: none"> • Convivencia y paz 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciencias naturales • Ética y valores 	<p>emocionales ayudan a regular la expresión emocional en la vida escolar y en la comunidad. (Conocimiento).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Construyo relaciones emocionales que contribuyen a la convivencia cotidiana en la comunidad escolar, familiar y municipal. • Conozco y uso estrategias sencillas del manejo de las emociones negativa. (Conocimiento, integradora)
<p>Recursos:</p> <p>Video beam, tablero borrrable, marcador, borrador.</p>	<p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y reflexionar sobre los problemas de convivencia escolar en el aula responder de manera positiva ante ellas. • Definir los ámbitos de convivencia escolar en el aula. • Elaborar compromisos para mejorar la convivencia escolar en el aula 	
<p>ACTIVIDAD N°</p>	<p>DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES</p>	

1	<p>Actividad 1. Conocimientos previos</p> <p>Maneja información sobre el tema de convivencia escolar como una realidad cotidiana para que se den cuenta que este es un hecho inherente a la vida de las personas y que es necesario abordarlo cuando se convierte en una situación de crisis que afectan al grupo o cuando se vulneran los derechos de las personas. Para esto los y las estudiantes visualizan diferentes momentos de convivencia escolar a través del video: https://www.youtube.com/watch?v=xXL2LSyAqDY</p> <p>Reflexionan sobre estas preguntas en parejas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el Convivencia escolar? • ¿Compete solo a los directamente involucrados en nuestra convivencia en el aula? <p>Con base a la información anterior, los estudiantes se disponen a analizar el cuadro A, presentado por el docente.</p> <p>En asamblea de aula a través de la estrategia Metaplán: en una ficha cada estudiante va a escribir una idea de convivencia escolar.</p> <p>Los estudiantes identifican los problema que afectan la convivencia en el aula del cuadro A y fundamentan su elección de acuerdo a criterios, como qué entienden por: ámbitos relaciones pedagógicas, ámbitos relaciones en los proceso de gestión, ámbitos de relaciones de escuela y comunidad.</p> <p>Se elabora otro cuadro en el que se ubican los problemas</p>
---	--

	<p>seleccionados.</p> <p>Votar a mano alzada, por el problema que considere más grave de todos para deliberar sobre él.</p> <p>Trabajo en pequeño grupo de 4 Personas. Los estudiantes identifican los problema que afectan la convivencia en el aula del cuadro A, causas de dichos problemas cuadro B, prioridades en el aula cuadro C y medidas reparadoras cuadro D (Acuerdos, soluciones y retroalimentación) fundamentan su elección de acuerdo a criterios como ámbitos relaciones pedagógicas, ámbitos relaciones en los proceso de gestión, ámbitos de relaciones de escuela y comunidad (mediante la lectura de Política Educativa para la formación escolar en convivencia. Pag7)</p> <p>Trabajo en grupo: Se realizan os compromisos y estrategias para mejorar la convivencia en el aula.</p>
--	--